

CARNE AO MOLHO DE LARANJA

INGREDIENTES

1,2 kg de contra-filé sem a gordura
3 colheres de azeite ou óleo de soja
6 dentes de alho
1 cebola
2 caldos de carne
3 xícaras de água quente
suco de 3 laranjas
2 colheres de amido de milho
1/2 xícara de cheiro verde
1 colher de sopa de orégano
sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela de pressão, coloque o óleo, a cebola picada e os alhos amassados.

Depois de dourados, acrescente a carne (inteira), e doure-a dos dois lados (aproximadamente 25 minutos).

Acrescente, o sal, a pimenta-do-reino e o orégano.

Mexa e coloque as 3 xícaras de água quente já com os caldos de carnes dissolvidos.

Mexa novamente, tampe a panela e deixe cozinhar por 25 minutos após pegar pressão.

Enquanto isso, espremas as laranjas e dissolva o amido de milho no suco.

Depois que a carne estiver cozida, abra a panela, com o fogo ligado, acrescente o suco com o amido junto com a carne e o caldo que sobrou na panela.

Em fogo baixo mexa até encorpar, aproximadamente 20 minutos.

Desligue, coloque em um travessa e salpique a salsa.

Bom apetite, é maravilhosa.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/47742-carne-ao-molho-de-laranja.html>