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 de deixe cozinhar por 25 minutos apos 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.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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