CONTRAFILÉ NA PRESSÃO

INGREDIENTES

4 bifes de contra file

1/2 lata de pomarola

1/2 lata (medida da pomarola) de agua

azeite

azeitona

1/2 cubo de caldo de carne

1/2 cebola

alho a gosto

sal

pimenta-do-reino

tempero amaciante de carnes maggi

MODO DE PREPARO

Tempere os bifes com o sal, a pimenta-do-reino, o amaciante de carne e um pouquinho de azeite.

Deixe pegar tempero por uns 10 minutos.

Frite em frigideira antiaderente com um fio de azeite (não precisa deixar dourar).

Coloque na panela de pressão.

Na frigideira que fritou os bifes de uma fritadinha no alho, coloque na pressão junto com os bifes, acrescente cebola picada e deixe dar uma amolecida na cebola.

Coloque o pomarola, a agua, o caldo de carne e as azeitonas na pressão.

Feche a panela e cozinhe até a carne ficar bem macia (aproximadamente uns 20 minutos), abra a panela e deixe o molho secar um pouco.

Acompanhe com arroz, feijão e salada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/48442-contrafile-na-pressao.html