

## COZIDO DE CHAMBARIL

### INGREDIENTES

1 perna de boi  
4 dentes de alho amassados no pilão  
4 colheres de sopa de vinho ou vinagre  
2 colheres de chá de cominho  
2 colheres de chá de colorau  
2 tomates  
1 pimentão  
2 cebolas  
1/2 molho de coentro ou salsa  
2 talos de cebolinha  
500 g de tomate sem pele  
4 folhas de louro  
1/2 repolho  
3 cenouras  
1 molho de couve mineira  
1 chuchu  
4 batatas inglesas  
2 espigas de milho cozidas  
3 batatas dos  
5 maxixes  
10 quiabos  
2 bananas compridas  
300 g de bacon  
500 g de charque  
3 calabresas  
Sal e pimenta-do-reino a gosto

### MODO DE PREPARO

Tempere o chambaril com alho, sal, cominho, colorau, pimenta-do-reino e vinho ou vinagre. Deixe marinar por 30 minutos. Escalde o charque. Em uma panela de pressão, coloque a perna de boi e o charque. Liquidifique o tomate, a cebola, o pimentão, o coentro ou a salsa, e a cebolinha, acrescente os tomates sem pele e coloque tudo

na carne. Cubra com água e deixe cozinhar por 20 minutos.

Libere o vapor da panela de pressão e coloque as batatas, as cenouras, o repolho as espigas de milho cozidas. Acrescente as folhas de louro. Depois de cozinhar na pressão por 10 minutos, coloque o maxixe e o chuchu.

Cozinhe por mais 10 minutos, coloque o maxixe e o chuchu, as bananas compridas, o bacon e a calabresa.

Quando todos os ingredientes esiverem cozidos, tire do fogo.

Coe o caldo e faça um pirão. Coloque as verduras e as carnes em recipientes distintos e sirva quente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49629-cozido-de-chambaril.html>