

# CARNE MOÍDA DE CORAÇÃO DE BANANEIRA

## INGREDIENTES

- 1 coração de bananeira (umbigo)
- 1 cabeça de alho
- 1 cabeça de cebola
- 10 folhas de manjerição
- 1/2 xícara de azeite
- 1 sazón de carne
- 300 g de farinha de mandioca

## MODO DE PREPARO

Arranque as folhas velhas do coração da bananeira, em seguida pique-o mais fino possível (coração de bananeira).

Coloque-as na panela com água e deixe ferver por 15 minutos, repita a operação por 3 vezes trocando a água sempre.

Em seguida doure o alho a cebola no azeite, em seguida coloque o manjerição.

Escorra a água do coração que estava fervendo.

Coloque-o junto com os outros condimentos que estavam dourando e refogue tudo com farinha de mandioca.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50646-carne-moida-de-coracao-de-bananeira.html>