CARNE MOÍDA DE CORAÇÃO DE BANANEIRA

INGREDIENTES

1 coração de bananeira (umbigo)

1 cabeça de alho

1 cabeça de cebola

10 folhas de manjericão

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 ferve 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 manjericão.

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