CREME DE ABÓBORA COM CARNE DO SOL

INGREDIENTES

PARA AMENIZAR O SAL DA CARNE DO SOL:

Para amenizar o sal da carne do sol:500g de carne do sol

4 cascas de abacaxi

2 xícaras (chá) de farinha de mandioca

3 xícaras (chá) de água

CREME:

Creme:3 xícaras (chá) de abóbora

4 xícaras (chá) de água

6 colheres (sopa) de arroz cozido

2 xícara (chá) de leite

1/2 cebola

1 dente de alho

1 tablete de caldo de carne

2 colheres (sopa) de margarina

Sal a gosto

MODO DE PREPARO

PARA AMENIZAR O SAL DA CARNE DO SOL:

Para amenizar o sal da carne do sol:Limpe e parta a carne em pedaços grandes, coloque em um recipiente, acrescente as cascas de abacaxi, depois a farinha de mandioca e por último a água até cobrir toda a carne, deixe descansar por no mínimo 12 horas. Cubra-a com um pano.

Quando terminar o prazo, retire a carne e despreze o restante da mistura, lave-a com água corrente com cuidado, pois pode estar despedaçando devido ao abacaxi.

Desfie a carne e reserve.

CREME:

Creme:Cozinhe a abóbora, verifique enfiando um garfo, se sair macio, está no ponto.

Liquidifique a abóbora com o leite, a cebola, o alho e por último o arroz. Por cerca de 5 minutos.

Leve ao fogo baixo a mistura liquidificada, acrescente a margarina, o caldo de carne e verifique o sal. Deixe cozinhar por cerca de 15 minutos e acrescente a carne do sol desfiada e cozinhe por mais 10 minutos.

Servir com arroz branco e uma bela salada verde.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/53377-creme-de-abobora-com-carne-do-sol.html