CARNE ASSADA (NA PANELA)

INGREDIENTES

1 kg de lagarto redondo (corte de carne bovina)em um único pedaço

150g de toicinho fumeiro (ou "bacon", como se chama hoje em dia)

1 kg de batatas "bolinha"

1 xícara de óleo de milho

2 cebolas grandes

1 pimentão verde

2 dentes de alho

Azeitonas verdes sem caroço

Molho inglês tipo Worcestershire

Aceto Balsâmico

Louro em pó

Pimenta-do-reino moída

sal

MODO DE PREPARO

MARINADA (NA VÉSPERA):

Marinada (na véspera):Limpe a carne, que não deve estar congelada, retirando toda a capa de gordura que a envolve. Com uma faca longa de lâmina fina, faça furos na carne, no sentido do comprimento, e preencha estas cavidades com pedaços do toicinho.

Coloque a carne em uma vasilha que possua tampa; tempere com o sal, os dentes de alho amassados, o louro em pó e a pimenta; regue com um pouco de aceto balsâmico e o molho inglês. Tampe o recipiente e leve à geladeira até o dia seguinte.

BATATAS:

Batatas:Lave bem as batatas com auxílio de uma escovinha e leve-as a cozinhar, com a casca, em uma panela grande com bastante água, até ficarem macias. Escorra, deixe esfriar e depois retire a casca - que com o cozimento se apresentará como uma pele fina e fácil de remover. Tempere-as com sal.

Aqui tens duas opções: pode "corar" as batatas em uma frigideira com um pouco de óleo (como eu geralmente faço), escorrendo-as depois em papel absorvente, ou simplesmentes dar-lhes uma passada pelo molho da carne por alguns minutos.

CARNE:

Carne: Numa panela de bordas altas e fundo largo, aqueça o óleo em fogo forte e coloque aí a carne, salteando-a de todos os lados para que sele os sumos em seu interior e tome alguma cor - evite espetar a carne ao virá-la. Despeje sobre ela a marinada em que ficou de môlho e salteie um pouco mais, até praticamente secar o caldo da panela. Coloque então um pouco de água (sem que o nível da água ultrapasse a metade da altura da carne) e deixe cozinhando em fogo alto.

Essa carne dá um pouquinho de trabalho, pois é preciso vigiá-la de tempos em tempos - quando a água secar, vire a carne salteando-a na gordura da panela e coloque novamente água (sempre abaixo da metade da altura da carne), assim a carne vai cozinhando e tomando cor em todos os lados. Repita esse processo até a carne estar no ponto - que pode ser verificado espetando -lhe um garfo: quando não minar mais água de dentro da carne, esta estará cozida. Deixe então um pouco mais no fogo, até diminuir quase toda a água da panela. Retire a carne, colocando-a em uma tábua para corte. Na panela onde estava a cozinhar a carne (e onde ficou o môlho de seu cozimento) coloque as cebolas e o pimentão em rodelas e algumas azeitomas; refogue por alguns minutos até a cebola e o pimentão estarem macios e coloque um pouquinho de água, deixando apurar um pouco no fogo para formar um môlho espesso e da cor de ferrugem.

PARA SERVIR:

Para servir:Corte a carne en fatias finas (eu uso a faca elétrica) e arrume-as em uma travessa de maneira a manter o formato original da carne inteira, coloque as batatas ao seu redor, na travessa. Sirva o molho à parte e acompanhe com arroz branco (e feijão preto, se gostar), com uma salada de folhas verdes como entrada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/55972-carne-assada-na-panela.html