



Calulu de carne seca



Categoria
Carne



Tempo de preparação
Demorado



Dificuldade
Fácil



Custo
Económico



Com quem?
Com a família



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

 0,5 chávena de Gallo Azeite

- 1kg de carne seca
- 500g de rama de batata-doce (se não tiver use espinafres)
- 2 dentes de alho picados
- 1 cebola picada
- 3 colheres de sopa de polpa de tomate
- 3 tomates maduros picados
- 1 beringela em cubos
- 400g de quiabos
- 1,5 colher de sopa de amido de milho
- Q.b. de sal
- Q.b. de pimenta
- Q.b. de funge para acompanhar (opcional)

Modo de preparação

1

Coloque a carne num recipiente coberto com água, durante 3 horas, para retirar o sal.

2

Escorra a água da carne e corte-a em pedaços. De seguida coloque um fio de azeite num tacho largo e adicione a carne. Cubra-a com água a ferver e junte o alho. Tape e deixe cozinhar por 30 a 40 minutos até a carne estar cozida.

3

Adicione a cebola, a rama de batata doce, o tamte, a polpa de tomate, o azeite e tempere com sal e pimenta. Tape e deixe cozer por mais 10 minutos.

4

Por último junte a beringela e os quiabos. Tape novamente e cozinhe por 5 minutos.

5

Dissolva o amido de milho num pouco de água e adicione ao cozinhado para engrossar o molho. Mexa com cuidado para não desfazer os legumes e deixe cozinhar mais 2 minutos. Sirva de imediato acompanhado de funge.

Produtos utilizados



Azeite
Azeite

Veja também

 Carne  Rápido  Fácil

Pizza de presunto com rúcula

 Carne  Médio  Fácil

Salada de entrecôte com arroz vermelho, manga e tomate

 Carne  Médio  Fácil

Espetadas de frango com molho de amendoim

 Carne  Demorado  Fácil

Perna de cabrito em crosta de ervas

 Carne  Demorado  Fácil

Perna de borrego no forno com chalotas e cogumelos



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide