



LANCHE DE CARNE MALUCA

INGREDIENTES

1 kg de miolo de acém
3 caldos de carne
2 colheres de sopa de azeite
1 pimentão vermelho
1 pimentão verde
100 g de azeitona sem caroço
1 cebola grande
5 dentes de alho
2 latas de molho pronto

MODO DE PREPARO

Cozinhe a carne com os caldos na pressão por 1 hora
Desfie a carne e reserve a água do cozimento
Coloque na panela o azeite (se não tiver pode ser óleo mesmo)
Refogue a cebola e o alho
Acrescente os pimentões picadinhos e a azeitona sem caroço e refogue bem até murchar
Coloque a carne desfiada e o molho de tomate misture tudo e jogue a água do cozimento reservada
Verifique se está bom de sal e deixe ferver bem até apurar o molho