

Carne da Preguiça

Ingredientes:

1 peça de aproximadamente 1 Kg de maminha ou fraldinha com os excedentes de gordura retirados
1 cebola grande picada
3 tomates sem pele cortados em 8
1 lata de cerveja preta
Sal
Tomilho (mais recomendado) ou orégano

Modo de preparo:

Coloque todos os ingredientes na panela de pressão e leve ao fogo médio por 40 minutos ou até que a carne fique macia.
Fica um molho bem saboroso e a carne deliciosa, após o cozimento fatie a carne e sirva.
Bom Apetite!



☎ 41 3243-3021
☎ 41 9928-0645
✉ twitter@saudeeprazer
✉ saudeeprazer@hotmail.com
@nutricionista@saudeeprazer.com.br
🌐 www.saudeeprazer.com.br