

VACA ATOLADA DA BIA

INGREDIENTES

1 kg de costela bovina
500 g de mandioca crua descascada e cortada em pedaços médios
3 cubos de caldo de carne ou costela
1 tomate maduro sem sementes picado
2 cebolas grandes cortadas em rodela
4 dentes de alho triturados
1 colher (sopa) de páprica picante
3 colheres de óleo de soja ou azeite
sal a gosto
pimenta-do-reino a gosto
pimenta verde a gosto (opcional)
cebolinha verde picada
água

MODO DE PREPARO

Tempere a costela com sal e pimenta

Dissolva os caldos de carne em aproximadamente 1 litro de água fervente

Em uma panela de pressão, aqueça o óleo e doure a costela

Após a costela estiver dourada, acrescente 1 cebolas, 2 dentes de alho, a páprica e a pimenta verde, refogue junto com a costela

Após refogar, acrescente a água com o caldo, tampe a panela e deixe cozinhar por 40 minutos em fogo baixo

Após cozinhar por 40 minutos, acrescente a mandioca, o restante da cebola e do alho, o tomate e a cebolinha, ajuste o sal

Acrescente mais água, até cobrir os ingredientes

Tampe a panela e deixe cozinhar por mais 30 minutos em fogo baixo

Decore com cebolinha verde

Pode ser servido com arroz branco

Obs

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/1421-vaca-atolada-da-bia.html>