

LÍNGUA AO SUGO COM VAGEM E FAROFA DE MILHO

INGREDIENTES

- 1 peça de língua bovina
- 1 litro de água
- 2 folhas grandes de louro
- suco de 02 limões
- sal e pimenta-do-reino a gosto
- 3 colheres (sopa) de azeite de oliva
- 8 tomates italiano médios sem sementes
- 10 vagens
- 1 cebola grande
- 7 dentes de alho
- 2 colheres (sopa) de molho inglês
- 1 colher (café) de noz-moscada ralada
- 1 molho de salsa
- 1 molho de cebolinha
- 1 farofa de milho

MODO DE PREPARO

Lave bem a peça de língua bovina com água corrente, retirando quaisquer impurezas presentes

Coloque

Após iniciar a fervura, reduza o fogo para médio por 40 minutos

Deixe esfriar e retire a pele que cobre a peça, corte

Coloque o azeite em uma panela e doure o alho picado, adicione a cebola picada refogando

Acrescente os tomates picados, sal, pimenta, noz

Ao levantar fervura, acrescente a língua fatiada deixando na pressão por mais 20 minutos em fogo médio

Após esse tempo, acrescente a vagem levando ao fogo baixo por 10 minutos

Logo após desligue o fogo, retire toda pressão e acrescente cebolinha e salsa picadas

Sirva com farofa de milho

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/2640-lingua-ao-sugo-com-vagem-e-farofa-de-milho.html>