

LAGARTO NA PANELA DE PRESSÃO UMA CARNE DELICIOSA QUE DERRETE NA BOCA!

INGREDIENTES

3 colheres (sopa) de óleo de soja
1 cebola grande
5 dentes de alho
1 peça/pedacço de lagarto bovino de 1,5 kg
1 pimentão verde
1 colher (sopa) de sal
1 colher (sopa) de colorau
1 xícara (café) de vinagre branco
1 xícara (café) de água
1 pitada de louro em pó
cebolinha verde (a gosto)
3 colheres (sopa) de extrato de tomate
1 colher (sopa) cheia de açúcar

MODO DE PREPARO

Retire o excesso de gordura da peça de lagarto e perfure-a de todos os lados com uma faca.

Pegue um recipiente, adicione a carne e tempere-a, esfregando na peça toda com as mãos: o sal, o colorau, o alho, a pimenta-do-reino, o louro em pó, juntando também o vinagre e a água.

Aguarde marinar por pelo menos 30 minutos.

Aqueça o óleo na panela de pressão, acrescente o açúcar e misture até ele derreter.

Adicione a carne e doure de todos os lados.

Junte a cebola picada grosseiramente, o pimentão, a cebolinha, o extrato de tomate, água quente o suficiente para cobrir a carne e os temperos da marinada.

Leve a panela de pressão tampada ao fogo alto. Quando a panela começar a chiar, abaixe o fogo e cozinhe por 1 hora.

Após 30 minutos na pressão, tire a pressão com cuidado, abra a panela e vire a carne.

Caso a água tenha secado, acrescente mais água quente, feche a panela e cozinhe por mais 30 minutos.

Tire da panela, fatie a carne e regue com o delicioso molho que se formou na panela.

Pronto. Você já pode servir seu maravilhoso lagarto na panela de pressão!

<https://areceitadavez.com.br/receita/16793-lagarto-na-panela-de-pressao-uma-carne-deliciosa-que-derrete-na-boca.html>