



Bife à cavalo



Rendimento

10 porções



Tempo de preparo

01:10

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Contrafilé bovino	10 bifes	1 kg
Amaciante de Carne Ajinomoto®	2 colheres (sopa)	30 g
Óleo	4 colheres (sopa)	60 ml
Ovo	10 unidades	500 g

Modo de Preparo

1. Em um bowl grande, coloque os bifes e o Amaciante de Carnes Ajinomoto®, misture, cubra com plástico-filme e deixe na geladeira por 30 minutos.
2. Em uma frigideira grande ou chapa, coloque metade do óleo e leve ao fogo alto para aquecer. Junte os bifes aos poucos e frite por 2 minutos de cada lado, ou até dourar, repondo o óleo se necessário. Retire do fogo e reserve aquecido.
3. Em outra frigideira, coloque o óleo restante e um aro metálico de 10 cm. Disponha o ovo dentro dele, tampe e frite por 7 minutos, ou até a gema estar totalmente cozida. Repita o processo com todos os ovos.
4. Disponha os ovos sobre os bifes e sirva em seguida.