



Carne de panela



Rendimento

12 porções



Tempo de preparo

01:00

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Óleo	3 colheres (sopa)	45 ml
Acém bovino (limpo, e cortado em cubos grandes)	1,5 kg	1,5 kg
Cebola (picada)	1 unidade grande	200 g
Tempero Sazón® Profissional Orégano & Manjericão	2 colheres (chá)	10 g
Sal	Meia colher (chá)	2,5 g
Água	4 xícaras (chá)	800 ml
Cenoura (em cubos médios)	1 unidade grande	200 g
Batata (em cubos médios)	1 unidade grande	250 g

Modo de Preparo

1. Em uma panela de pressão, coloque metade do óleo e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a carne, aos poucos, e grelhe por 5 minutos, ou até dourar de todos os lados. Reserve a carne.
2. Na mesma panela, acrescente o restante do óleo, leve ao fogo alto para aquecer. Adicione a cebola e refogue por 3 minutos, ou até dourar. Coloque a carne reservada, o Tempero SAZÓN® Profissional, o sal e a água. Feche a panela e cozinhe por 30 minutos, após o início da fervura. Retire do fogo e espere a pressão ceder.
3. Junte a cenoura e a batata, e cozinhe por mais 10 minutos, após o início da fervura, Retire

do fogo, espere a pressão ceder e sirva em seguida.