

Bife com rebentos de bambu



Ingredientes: 350 grama de bife do lombo (vitela)
200 grama de rebentos de bambu (em lata)
3 colher de sopa de molho de soja
1 colher de sopa de ketchup
1 colher de sopa de sumo de limão
1 colher de chá de coentros (picados)
2 colher de sopa de óleo vegetal
1 colher de sopa de óleo de sésamo

Instruções de preparação:

Numa tigela misture o molho de soja, o ketchup, o sumo de limão e os coentros picados. Misture os ingredientes muito bem. Disponha os bifos numa taça e despeje o molho que preparou em cima. Tape a taça com película aderente e guarde-os no frigorífico a marinar durante 1 hora. Aqueça o óleo vegetal numa wook e salteie a carne durante cerca de 5 minutos. Adicione os rebentos de bambu e salteie durante mais 5 minutos, em lume forte. Adicione depois o óleo de sésamo e misture muito bem. Sirva os bifos quentes e acompanhados de batatas assadas no forno.

Sugestões Adicionais: Consulte a nossa receita de batatas assadas com rosmaninho, no seguinte link: <http://asminhasreceitas.com/receita/batatas-assadas-com-rosmaninho>