



RECEITAS DA FIA

Afogado

www.receitasdafia.com/receitas/afogado

Afogado é um caldo quente com cubos de carne, batata e temperos verde, vai super bem num dia frio com uma pimentinha. É um prato tradicional da região de Mogi das Cruzes e é acompanhado com farinha de mandioca e arroz, prove essa delícia!

Afogado

 50 min

 5 porções

Ingredientes

- 2 colheres (sopa) de óleo
- 300g de [acém](#), [músculo](#) ou [coxão mole](#) em pedaços
- 50g de [bacon](#) defumado em pedaços
- 1 [cebola](#) grande picada
- 2 dentes de [alho](#) picado
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (chá) de [colorau](#)
- [Pimenta do reino](#) a gosto
- 1 folha de [louro](#)
- 1,5 L de água quente
- 2 [batatas](#) média cortada em cubos médios
- 2 [cenouras](#) cortadas em rodelas
- 1 colher (sopa) de [hortelã](#)
- [Cheiro-verde](#) a gosto

Modo de Preparo

1. Aqueça o óleo e frite a carne até dourar.
2. Coloque o bacon, a cebola, o alho, o sal, o colorau e a pimenta do reino mexendo bem para distribuir o tempero.
3. Adicione a água quente e deixe cozinhar em fogo alto por 35 minutos na pressão.
4. Após o cozimento, retire a pressão e abra a panela com cuidado, acrescente a batata, a cenoura, as ervas e deixe cozinhar por 10 minutos para que a batata fique macia e a carne quase desfiando, se precisar coloque mais água para manter o caldo.
5. Prove o sal e sirva em seguida.