

## Lingua Bovina ao Molho

www.receitasdafia.com/receitas/lingua-bovina-ao-molho

Essa receita é simples e super prática, podendo te proporcionar uma nova experiência com esse corte de carne tão peculiar. Com um passo a passo super fácil, você terá um prato delicioso para saborear com as melhores companhias!

Lingua Boxina ap Molhovn



## **Ingredientes**

- 2 línguas de boi
- 3 cebolas picadas
- 2 colheres (sopa) de azeite de oliva
- 2 pimentões verdes fatiados
- 2 pimentões amarelo fatiados
- 1 copo de vinho tinto (ou vinho branco)
- Sal, pimenta-do-reino e louro a gosto
- Cheiro verde
- Manjericão
- 2 dentes de alho
- 2 tomates fatiados

## Modo de Preparo

- 1. Lave bem a língua de boi ainda crua, depois de lavada, coloque a língua em uma panela de pressão com água, pimenta-do-reino, louro e sal a gosto.
- 2. Deixe cozinhar por cerca de 1 hora.
- 3. Depois de cozida, lave novamente a língua, só que dessa vez, utilizando água gelada, você pode guardar a água do cozimento para utilizar no molho.
- 4. Retire toda a pele e gordura que soltar, importante que a língua fique bem limpa desses excessos.
- 5. Em uma panela média refogue a cebola e o alho, à medida que eles dourarem, acrescente os pimentões em fatias, deixe refogar por alguns minutos.
- 6. Depois, acrescente os tomates fatiados e as fatias de língua, você pode utilizar a água que usou para cozinhar a língua, para encorpar o molho.
- 7. Adicione sal a gosto e deixe refogar por 20 minutos, importante tampar a panela para abafar o refogado.
- 8. Quando o molho estiver incorporado, adicione o vinho, as ervas e a pimenta-do-reino, espere o molho encorpar e pronto!