



Língua 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!

Língua Bovina ao Molho

 120 min

 8 porções

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!