



# RECEITAS DA FIA

## Vaca Atolada

[www.receitasdafia.com/receitas/vaca-atolada](http://www.receitasdafia.com/receitas/vaca-atolada)

Hoje a receita é uma comida típica da culinária caipira, uma deliciosa Vaca Atolada super fácil de fazer e que encanta o paladar de todos!

Vaca Atolada

 60 min

 6 porções

### Ingredientes

- 1 kg de [costela de boi](#) em pedaços
- 1 [cebola](#) picada
- 4 dentes de [alho](#) picados
- Sal, [pimenta do reino](#) a gosto
- [Cheiro verde](#) picado a gosto
- 1 tablete de [caldo de costela](#)
- 1 colher (sopa) de [vinagre](#)
- 2 colheres (sopa) de [óleo](#)
- 1kg de [mandioca](#) descascada em pedaços
- 3 [tomates](#) maduros sem pele e sem sementes picados

### Modo de Preparo

1. Em uma panela de pressão, aqueça o óleo e refogue a cebola e o alho.
2. Junte a costela e frite até dourar.
3. Tempere com sal e pimenta.
4. Acrescente o tomate, o vinagre e o cheiro-verde.
5. Cubra com água, junte o caldo de costela e cozinhe por 20 minutos, após começar a chiar.
6. Retire a pressão, abra a panela e acrescente a mandioca.
7. Tampe a panela e cozinhe por 25 minutos, após começar a chiar.
8. Retire a pressão, abra a panela.
9. Cozinhe por 20 minutos em fogo baixo, com a panela destampada mexendo de vez enquanto, até a mandioca amaciar e o caldo engrossar.
10. Sirva em seguida.

[www.receitasdafia.com](http://www.receitasdafia.com)