Bife à rolê

Rendimento
10 porções

Tempo de preparo
01:40

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Coxão mole bovino	10 unidades	1 kg
Caldo SAZÓN® Profissional Carne	Meia colher (sopa)	10 g
Cenoura (cortada em palitos, cozida "al dente")	2 unidades médias	300 g
Vagem-macarrão (em 3 partes)	10 unidades médias	200 g
Óleo	3 colheres (sopa)	45 ml
Cebola (picada)	2 unidades grandes	400 g
Água	4 xícaras (chá)	800 ml
Extrato de tomate Ajinomoto®	1 xícara e meia (chá)	300 g
Sal	Meia colher (chá)	2,5 g
Manjericão	10 folhas	2 g

Modo de Preparo

1. Em um bowl médio, coloque os bifes e polvilhe com o Caldo SAZÓN® Profissional. Cubra e leve à geladeira, para tomar gosto, por 1 hora.

2. Sobre uma superfície limpa, disponha os bifes e distribua a cenoura e a vagem. Enrole os bifes e prenda-os com palitos de dente.

3. Em uma panela grande, coloque o óleo e leve ao fogo alto para aquecer. Junte os rolinhos, aos poucos, e frite por 5 minutos, ou até que dourem. Acrescente a cebola e refogue por 3 minutos, ou até murchar.

4. Adicione a água, o Extrato de Tomate Ajinomoto®, o sal e o manjericão, misture e cozinhe, em fogo baixo, com a panela semitampada, por 1 hora e 20 minutos, ou até a carne ficar macia. Retire do fogo, remova os palitos e sirva em seguida.