

sabor • variedade • qualidade



**CARNES
FRESCAS**

Mart
Minas
ATACADO & VAREJO

SABORES DA CARNE
RECEITAS IRRESISTÍVEIS



Mart
Minas
ATACADO & VAREJO



Bife à Milanesa

Ingredientes:

- 4 bifes de alcatra ou coxão mole
- 2 ovos
- 1 xícara de farinha de trigo
- 1 xícara de farinha de rosca
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- Óleo para fritar

Modo de preparo:

- Tempere os bifes com sal e pimenta.
- Passe na farinha de trigo, depois nos ovos batidos e, por fim, na farinha de rosca.
- Aqueça o óleo e frite os bifes até dourarem.
- Retire e escorra em papel-toalha.



Bife Acebolado

Ingredientes:

- 4 bifes de contra-filé
- 2 cebolas grandes em rodelas
- 2 colheres (sopa) de óleo
- Sal e pimenta a gosto

Modo de preparo:

- Tempere os bifes e frite em fogo alto até dourar.
- Na mesma panela, frite as cebolas até caramelizarem.
- Sirva os bifes com a cebola por cima.



Iscas de Carne ao Molho Madeira

Ingredientes:

- 500g de filé mignon em tiras
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1/2 xícara de vinho madeira
- 1/2 xícara de caldo de carne
- 1 colher (sopa) de amido de milho
- Sal e pimenta a gosto

Modo de preparo:

- Frite as tiras de carne na manteiga até dourarem.
- Adicione o vinho e o caldo de carne.
- Dissolva o amido em um pouco de água e misture.
- Cozinhe até o molho engrossar.



Filé Mignon ao Molho de Mostarda

Ingredientes:

- 4 medalhões de filé mignon
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1/2 xícara de creme de leite
- 2 colheres (sopa) de mostarda dijon
- Sal e pimenta a gosto

Modo de preparo:

- Grelhe os medalhões na manteiga.
- Misture o creme de leite e a mostarda e aqueça.
- Sirva o molho sobre os medalhões.



Carne de Panela com Batatas

Ingredientes:

- 700g de acém em cubos
- 4 batatas grandes cortadas
- 1 cebola e 2 dentes de alho picados
- 2 colheres (sopa) de óleo
- 2 xícaras de caldo de carne

Modo de preparo:

- Refogue a cebola e o alho no óleo.
- Adicione a carne e deixe dourar.
- Acrescente o caldo e cozinhe até a carne amaciar.
- Junte as batatas e cozinhe até ficarem macias.



Vaca Atolada

Ingredientes:

- 1kg de costela bovina
- 500g de mandioca
- 1 cebola e 3 dentes de alho picados
- 2 xícaras de caldo de carne
- Sal e pimenta a gosto

Modo de preparo:

- Refogue a cebola e o alho, adicione a costela e sele bem.
- Coloque o caldo de carne e cozinhe até a carne começar a soltar dos ossos.
- Adicione a mandioca e cozinhe até ficar macia.



Hambúrguer Caseiro

Ingredientes:

- 500g de carne moída
- 1 colher (sopa) de cebola ralada
- 1 colher (chá) de sal
- Pimenta a gosto

Modo de preparo:

- Misture tudo e molde os hambúrgueres.
- Grelhe ou frite até dourar.



Bolinho de Carne

Ingredientes:

- 500g de carne moída
- 1 ovo
- 1/2 xícara de farinha de rosca
- Temperos a gosto

Modo de preparo:

- Misture os ingredientes, modele os bolinhos e frite.



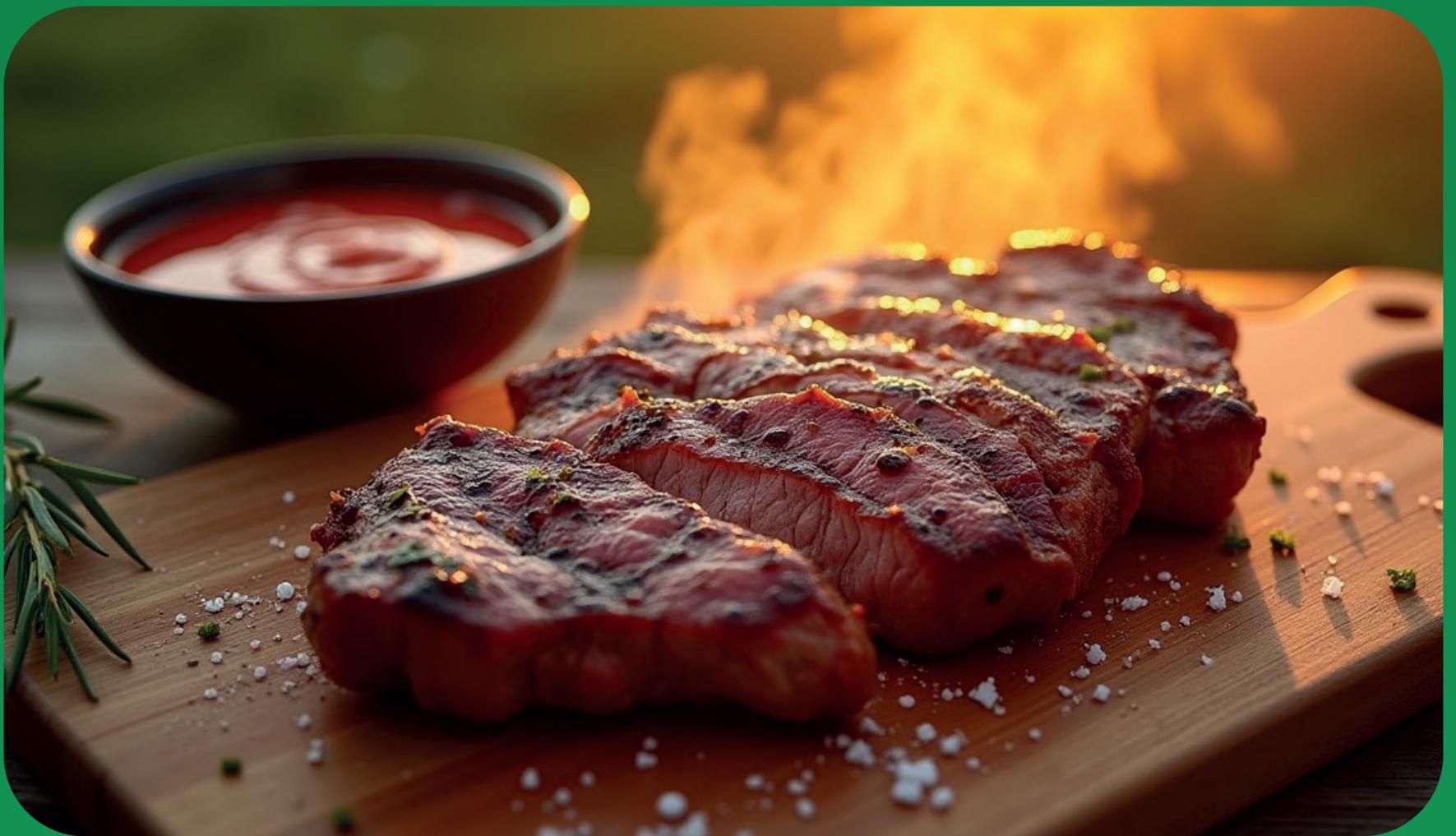
Maminha ao Forno com Manteiga de Ervas

Ingredientes:

- 1 peça de maminha
- 3 colheres (sopa) de manteiga
- Ervas frescas picadas

Modo de preparo:

- Misture a manteiga com ervas e espalhe na carne.
- Asse por 40 minutos a 200°C.



Picanha na Brasa com Sal Grosso

Ingredientes:

- 1 peça de picanha
- Sal grosso a gosto

Modo de preparo:

- Espalhe o sal grosso sobre a carne.
- Grelhe em fogo médio por 15 minutos de cada lado.



Costela no Fogo de Chão

Ingredientes:

- 1 peça de costela bovina
- Sal grosso

Modo de preparo:

- Tempere com sal grosso e asse a 60 cm do fogo por 6 horas.



SABORES DA CARNE

RECEITAS IRRESISTÍVEIS

Siga o **@martminasatacadoevarejo**
e acompanhe nossas receitas.

Aqui tem açougue completo, com cortes de qualidade, preço justo e tudo que você precisa para suas receitas.



Você também pode acessar esse e-book no nosso aplicativo Mart Minas.

Baixe o app e acesse isso e muito mais.

