Carne Louca Desfiada

Carne Louca Desfiada

A vovó Ruth sempre fazia um panelão dessa carne nas festinhas dos nossos aniversários. Recheava os pãezinhos franceses e servia aos convidados pequenos e grandes que comiam muitos desses sanduíche. O caldinho da carne se infiltra no miolo do pão que fica bem molhadinho e delicioso. É tudo de bom!

Não sei exatamente por que a carne desfiada é chamada de carne louca…Deve ser por causa do aspecto todo misturado e bagunçado dela, mas o que eu sei é que é uma delícia e pode ser deixada na geladeira para ser saboreada a qualquer momento com pão, arroz, macarrão e saladas. Super prática e rende muito! Experimente, quem sabe você descobre a resposta.

Ingredientes:

– 1 kg de capa de filé ou peito bovino

– 1 kg de cebolas em rodelas

– 1 lata de tomate pelado

– 1/2 xícara de vinagre de vinho tinto ou vinho tinto

– Óleo de soja ou milho

– 2 colheres de sopa rasas de tempero pronto “Alho e Sal”

– 2 folhas de louro

– 1/2 xícara de salsinha picada

– 1 pimenta dedo de moça picada sem semente

– *1 “bouquet garni”

– Água suficiente para cobrir a carne

Modo de Fazer:

1; Coloque numa panela de pressão o óleo e doure a carne até ficar moreninha.

2. Adicione o alho e sal, as folhas de louro, o bouquet garni.

3. Coloque o vinagre deixando fritar um pouco mais, cubra com água e tampe a panela.

4. Deixe cozinhar por +/- 20 minutos na pressão.

5. Desligue, abra a panela depois da pressão acabada, jogue fora o bouquet garni, coloque a carne numa tábua e retire o excesso de gordura.

6. Depois desfie grosseiramente e coloque novamente na panela junto com o caldo que sobrou nela.

7. Adicione as cebolas em rodelas, e os tomates pelados amassados.

8. Deixe ferver em fogo lento por aproximadamente 10 minutos

ou até reduzir um pouco o caldo e verifique o sal.

9. Se quiser, adicione azeitonas verdes picadinhas e salsinha picada no final do cozimento. Prontinho!!

***Bouquet Garni:** é um raminho amarrado com um barbante com as seguintes ervas: tomilho, alecrim, orégano, salsão, louro e sálvia. Coloque junto com a carne na hora do cozimento para dar sabor e retire depois.