



Chop Suey



Ingredientes

- 1 Filé da Alcatra Gourmet Sulita (aproximadamente 700g)
- 200g Couve
- 200g Vagem
- 1 Cenoura
- 1 Cebola
- 2 colheres de sopa de maizena (diluído em 200ml de água)
- Shoyo



Tempo de preparo:

30 a 40 min



Porção:

4 a 5 pessoas



Modo de Preparo:

1. Faça o branqueamento dos legumes (1min por legume em água fervente, com sal. Processo de pré-cozimento) e os reserve.
2. Em uma frigideira, sele o Filé de Alcatra cortado em tiras em azeite de oliva, inclua os vegetais já branqueados e cortados grosseiramente. Em seguida, acrescente o Shoyo e maizena para engrossar.
3. Mexa tudo, deixe cozinhar por poucos minutos, aproximadamente 4 minutos e desligue. Já pode servir!