

Carne Moída Aromática com Curry e Azeitonas

Ingredientes

- 500g de carne moída
- 2 cebolas médias
- 1 colher de sopa de alho em tempero pronto
- 1/2 xícara de azeitona verde em conserva picada
- 2 colheres de chá de curry em pó (ou a gosto)
- 3 colheres de sopa de salsinha fresca picada
- 2 colheres de sopa de óleo de girassol
- Sal a gosto
- Pimenta do reino moída na hora a gosto
- 1/2 xícara de água (aproximadamente)

Modo de Preparo

Pique finamente as cebolas e as azeitonas. Reserve a salsinha já picada.

Em uma panela grande ou frigideira funda, aqueça o óleo de girassol em fogo médio-alto.

Adicione a carne moída e cozinhe, mexendo e desfazendo os grumos com uma colher, até que esteja completamente dourada e sem líquido. Se houver muito excesso de gordura, escorra-o.

Acrescente as cebolas picadas à carne e refogue por cerca de 5 a 7 minutos, ou até que fiquem translúcidas e macias.

Adicione o alho em tempero pronto, o curry em pó, sal e pimenta do reino. Misture bem e cozinhe por mais 1 minuto, para que os temperos liberem seus aromas.

Incorpore as azeitonas picadas e a água. Mexa, raspe o fundo da panela para soltar qualquer resíduo e deixe ferver.

Reduza o fogo para médio-baixo, tampe a panela e cozinhe por aproximadamente 15 a 20 minutos, ou até que o molho engrosse ligeiramente e os sabores estejam bem apurados. Mexa ocasionalmente para não grudar no fundo.

Desligue o fogo e finalize com a salsinha fresca picada, misturando bem.

Sirva quente.

Dica

Para uma refeição completa, esta carne moída pode ser servida com um purê de batatas (preparado com água ou bebida vegetal sem lactose) ou arroz branco. Você também pode usá-la como recheio para batatas assadas no forno (se tiver batatas disponíveis) ou para sanduíches.

<https://www.comeceagora.cooking/minha-receita-145-3318-24-07-2025/>

Sua receita foi enviada também para o e-mail: drope0427@gmail.com