

PANADOS DE PERU COM MAIONESE DE SALSA E ALHO

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 6 PESSOAS

800g de bifeinhos de peru
4 dentes de alho picados
Sumo de 1 limão
Sal q.b.
Pimenta q.b.
2 ovos mexidos com um garfo
240g de pão ralado
Óleo para fritar

PARA A MAIONESE

1 gema de ovo
1 dente de alho
½ colher de café de mostarda dijon
125 ml de azeite
125 ml de óleo
Sumo de limão
Salsa picada finamente



Tempo de preparação: 45 minutos

Custo: 8.50 € | Custo por pessoa: 1.42 €

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f16/panados-peru-maionese-alho-salsa-38196/>

PREPARAÇÃO

1. Tempere os bifes com sal, pimenta, os alhos picados e sumo de 1 limão.

Envolva muito bem.

Deixe marinar durante 30 minutos.

2. Entretanto faça a maionese.

Numa tigela coloque a mostarda, a gema e umas gotas de sumo de limão.

Mexa bem com uma vara de arames e aos poucos enquanto mexe, adicione o azeite e o óleo.

Mexa bem até que fique uma maionese cremosa.

3. Esmague o alho num esmagador ou num almofariz e adicione à maionese.

Tempere com sal, pimenta e sumo de limão.

Mexa bem e por fim, misture salsa picada a gosto.

Guarde no frigorífico até que a maionese fique fresca.

4. Passe os bifeinhos por ovo batido e pão ralado.

Frite os bifes de ambos os lados em óleo quente.

Depois dos bifes fritos, retire-os para um prato com papel absorvente.

Sirva os panados de peru com a maionese de alho e salsa e uma salada.

A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!