

BIFES À PORTUGUESA

INGREDIENTES PARA 2 PESSOAS

2 bifes da vazia com cerca de 180g cada
4 fatias de presunto
4 colheres de sopa de azeite
3 dentes de alho esmagados com casca
2 folhas de louro cortadas ao meio
1 colher de café de mostarda amarela
60 ml de vinho branco
1 colher de chá de vinagre de vinho branco
50g de manteiga
Flor de sal q.b.
Pimenta preta q.b.



Tempo de preparação: 10 minutos
Custo: 6.50 € | Custo por pessoa: 3.25 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar
Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f16/bifes-portuguesa-41481/>

PREPARAÇÃO

1. Tempere os bifes de ambos os lados com flor de sal.
2. Numa frigideira, leve ao lume o azeite, os alhos e o louro.
Quando estiver bem quente, frite as fatias de presunto de ambos os lados.
Depois do presunto frito, retire-o para um prato e reserve.
3. Na gordura que ficou, frite os bifes em lume forte aproximadamente 1 minuto e meio de cada lado.
Depois dos bifes fritos, tempere-os com pimenta preta moída na hora.
Coloque os bifes em pratos individuais.
4. Ao molho que sobrou na frigideira, junte o vinho branco e misture muito bem a mostarda.
Junte a manteiga e deixe derreter.
Por fim, misture o vinagre e retire do lume.
5. Sirva cada bife com 2 fatias de presunto por cima e regado com o molho.
Acompanhe este prato com batata frita caseira cortada em rodelas e se quiser, ovo estrelado.
A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!