

Pratos Principais | Pratos de Carne

Bife da Vazia com Molho de Queijo Azul e Pimenta Preta

12 min. | Fácil | Económico | 2 doses

Ingredientes

2 bifes da vazia
100 g de queijo azul
200 ml de leite evaporado
10 ml de vinho moscatel
sal e pimenta em grão q.b.

Informação nutricional

Energia	679,0 kcal	34%*
Proteínas	64,4 g	129%*
Lípidos	40,6 g	58%*
Hidratos de Carbono	9,4 g	4%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Temperar o bife com sal e pimenta em grão moída grosseiramente.
2. Corar o bife numa frigideira muito quente com um fio de azeite durante cerca de 2 minutos e virar apenas quando tiver uma boa cor dourada. Repetir o processo do outro lado, retirar e reservar.Na mesma frigideira deitar o vinho moscatel e deixar o alcool evaporar.
3. Esfarelar o queijo azul para a frigideira, deixar derreter um pouco e juntar o leite evaporado, mexer até o molho ficar homogéneo sem deixar ferver durante muito tempo.
4. Verter o molho sobre o bife ou servir à parte e juntar a gosto.