



Você pode preparar a carne suína de maneiras diferentes, mas uma receita prática, rápida para o dia a dia, e que garante muito sabor, é fazer o corte na panela de pressão.

Para uma peça de 1kg, tempere a carne a seu gosto, e como você já sabe, se preparar com antecedência a marinada, o sabor do corte vai ser acentuado, deixando o prato ainda mais irresistível.

A cebola é muito importante nessa forma de preparo. Fatie duas cebolas e forre o fundo da panela com as rodela. Adicione a carne, tampe a panela e a leve ao fogo. Não é preciso colocar água nessa etapa do preparo, pois a cebola e o corte soltam água. Assim que pegar a pressão, abaixe o fogo, marque 15 minutos, desligue e deixe a pressão sair normalmente.

Agora, existem duas formas de terminar o preparo e de deixar a carne incrivelmente deliciosa. Quando você abrir a panela, o corte estará quase pronto, porém sem muita cor. Uma continuação do preparo é ferver 500ml de água, colocar a panela em fogo baixo, e ir adicionando água aos poucos, refogando o corte. Nesse processo a água ajuda a desprender aquele caramelizado da cebola, que está no fundo da panela, e dá uma cor ao prato, e o sabor? Hummm, dá até para imaginar... Quando a cor estiver bonita, prove um pedaço e se estiver bem cozida e com aquela maciez que a gente ama, o corte está pronto.

A outra continuação de preparo que sugerimos é, enquanto esperar a pressão baixar e abrir a panela, você pode virar a carne para cozinhá-la por completo. Nesse momento, de virar a carne, se você achar conveniente, adicione cerca de 150ml de água, tampe a panela e deixe por mais 20 minutos.

Ah, também tem gente que gosta de dourar a carne antes de tapar a panela e levantar fervura. Nesse caso, é importante selar os pedaços de carnes aos poucos, para que os cortes não soltem água e não cozinhe já nessa etapa. Conforme o corte escolhido, dá para combinar batatas e mandioca.

Compartilhamos duas formas de preparar a carne suína panela de pressão, mas cada um tem seu segredo de preparo, não é mesmo?! Se você faz de outra forma, conte para nós, aqui embaixo, nos comentários.

Mas com nossas dicas você vai conseguir preparar uma refeição nutritiva, saborosa, muito macia e com aquele molho e aroma que parece receita de vó, sabe?

Veja [onde encontrar os produtos Alegra no supermercado mais próximo de você](#) e corra preparar uma deliciosa carne suína <3

Fonte: [Panelaterapia](#).