



## **BARREADO**

### **INGREDIENTES:**

- 2,5 kg de coxão mole
- 2 cebolas
- 4 tomates
- 2 dentes de alho
- Cheiro verde
- 3 folhas de louro
- 100 ml de óleo
- Sal e temperos a gosto.

### **MODO DE PREPARO:**

1. Cortar a cebola bem miúda, socar o alho e picar o cheiro verde.
2. Cortar os tomates picadinhos
3. Em uma vasilha, misturar a cebola, o alho, o cheiro, os tomates, as folhas de louro e o sal. Reservar por 20 minutos.
4. Pegar as carnes e doure no óleo. Despejar a marinada sobre as carnes na panela e cobrir com água. Levar ao fogo baixíssimo deixando cozinhar por aproximadamente 8 horas.
5. Ao final desse tempo, a carne estará desmanchada no molho.

**DICA:** Sirva com farinha de mandioca e banana.

**DICA:** Os tomates podem ser substituídos por polpa de tomate, extrato de tomate ou molho de tomate, conforme a disponibilidade.