

Bifinhos de Lombo com Couscous

Sugerido por: Antonio Silva



Ingredientes:

4 bifinhos de lombo
1 pimento pequeno
50g amendoim
200g couscous
200ml água
sal e pimenta a gosto
oregãos
pimentão e louro
alho moido

Preparação:

Corte os bifinhos e o pimento em tiras. Tempere os bifinhos com sal e pimenta a gosto, um pouco de pimentão e louro e alho moido.

Numa sertã, coloque um pouco de óleo e cozinhe a carne. Quando estiver quase pronta, adicione o pimento e os amendoins e deixe cozinhar mais uns minutos.

Coloque num tacho 200 ml de água temperada com sal e deixe ferver. Quando estiver a ferver, desligue o lume e coloque o couscous. Deixe repousar durante cerca de 2 minutos.

Tempere os couscous com um pouco de oregãos.

Coloque o couscous num recipiente, junte a carne e misture.

Está pronto a servir!