

# BIFES DE PERÚ RECHEADOS COM QUARK E MANJERICÃO



## INGREDIENTES

- 6 BIFES DE PERÚ FININHOS
- 1 MOLHO DE MANJERICÃO
- 200G DE QUEIJO QUARK
- SAL
- SUMO DE LARANJA
- 1 C. CAFÉ DE NOZ MOSCADA
- 1 C. CAFÉ ALECRIM EM PÓ
- 1 C. CHÁ ALHO EM PÓ

## CONFEÇÃO

1. Prepare uma marinada com o alho, a noz moscada, o alecrim e o sumo de laranja e esfregue-a bem nos bifeinhos. Deixe no frigorífico pelo menos 1 hora.
2. Utilizando a ultrablade, coloque na taça da CC o manjericão cortado em pedaços (aproveite as folhas e os caules) juntamente com o queijo quark. Dê 2 toques de pulse e raspe os lados da taça, empurrando o preparado para junto da lâmina. Depois, seleccione velocidade 10 durante 2 minutos.
3. Estenda os bifes e espalhe o preparado de manjericão por cima. Enrole e prenda com a ajuda de palitos.
4. Encha a taça da CC com água até à medida indicada para cozedura a vapor e coloque os bifeinhos no cesto. Seleccione o programa de cozedura a vapor durante 20 minutos.