

# BIFES RECHEADOS A VAPOR



## CONFEÇÃO

1. Prepare os vegetais. Lave-os e corte os pimentos, aipo e cebola às tiras. Reserve.

---
2. Em seguida, salpique com sal o bife, depois disponha 1 fatia de queijo cortada ao meio, de modo que cubra todo o bife. Depois coloque a fatia de bacon, dispondo, de seguida 2 tiras de pimento vermelho, 2 tiras de pimento verde, 1 tira de aipo e cebola no bife. Enrola e fixe com a ajuda de 1 palito.

---
3. Tempere com sal e pimenta moída.

---
4. Repita a operação para todos os bifés.

---
5. Na taça, com a ultrablade, poderá fazer uma sopa, no cesto, pode cozer alguns legumes para acompanhar os bifés, como cenouras baby, ervilhas ou arroz.

---
6. Coloque os bifés na panela de vapor forrada com papel vegetal. Disponha o restante pimento, cebola e aipo, bem como ramos de tomilho e alecrim. Regue com um pouco de azeite.

---
7. No tabuleiros coloque batatas descascadas, com sal e ervas aromáticas para acompanhar.

---
8. Programa a CC com 120º, 40 min. Verifique a cozedura, retire os bifés, os vegetais e as batatas. Poderá ainda acompanhar com cuzcuz.

---
10. Bom apetite!

---

## INGREDIENTES

- 6 BIFES DA RABADILHA GRANDES E CORTADOS FINOS
- 6 FATIAS DE QUEIJO
- 6 FATIAS DE BACON DEFUMADO
- 1 PIMENTO VERDE MÉDIO
- 1 PIMENTO VERMELHO MÉDIO
- 1 TALO DE AIPO
- 1 CEBOLA DOCE
- SAL Q.B.
- PIMENTA Q.B.
- AZEITE Q.B.
- PALITOS (PARA PRENDER OS BIFES)
- BATATAS Q.B.