

Rolinhos de Novilho com Pimentos Doces

VITACRESS

Naturalmente nutritivo!

4 Pessoas

Grau de Dificuldade: Fácil

Custo: Económico

Tempo de Preparação: 40 minutos

Ingredientes:

2 embalagens de Pimentos Doces

VITACRESS;

4 bifes de novilhos finos com cerca de 150 g cada um;

6 colheres (de sopa) de molho de soja;

1 colher (de sopa) de sementes de sésamo;

Azeite para pincelar;

Espetos de madeira.



Preparação:

Corte os bifes em tiras da largura dos pimentos, deite-as para uma tigela, junte os Pimentos Doces VITACRESS e regue com o molho de soja. Tape e leve ao frio durante 15 minutos. Depois enrole cada tira de bife num pimento e espete em espetos de madeira. Pincele a carne com azeite e leve a grelhar ou a fritar até a carne ficar passada a gosto. Sirva polvilhado com as sementes de sésamo e acompanhe com uma salada VITACRESS a gosto.