



Imagem: Reprodução/WEB



ANGU À BAIANA

INGREDIENTES

2 xícaras (chá) de suco de limão
150 g de miúdos
150 g de língua
150 g de fígado
150 g de coração
150 g de bofe (pulmão de boi)
300 g de rabada
1 fio de óleo
5 dentes de alho picados
½ pimentão verde
½ cebola picada
1 tomate picado
Sal a gosto
1 litro de água

Angu

1 fio de óleo
1 litro de água
250 g de fubá de milho
2 dentes de alho
Sal a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque as carnes em recipientes separados. Despeje um pouco do suco de limão em cada uma delas e reserve. Coloque um fio de óleo na panela e comece a selar as carnes. Quando estiverem douradas, retire-as da panela e reserve-as. Na mesma panela, coloque o alho, o pimentão, a cebola e o tomate. Depois de bem refogados, junte a mistura com as carnes em uma panela de pressão. Junte o sal, a pimenta e a água. Cozinhe 1h30min na pressão. Enquanto isso, em uma panela, junte o fio de óleo e o alho. Deixe dourar bastante e junte água. Quando começar a ferver junte o fubá. Tempere com sal a gosto. Com a ajuda de um *fouet*, misture bem para não empelotar. Abra a panela de pressão e sirva a carne por cima do angu.

COCADA

INGREDIENTES

400 g de coco fresco ralado grosso
2½ xícaras (chá) de açúcar
1½ xícara (chá) de água
¼ xícara (chá) de leite condensado
Óleo quanto bastar para untar

MODO DE PREPARO

Unte uma assadeira grande com óleo. Reserve. Coloque a água e o açúcar numa panela e leve ao fogo alto. Deixe a calda cozinhar até o ponto de fio médio. Despeje o coco na panela com a calda e mexa. Acrescente o leite condensado e continue mexendo até que comece a desprender do fundo da panela. Retire a cocada do fogo e coloque as colheradas sobre a assadeira untada. Espere endurecer um pouco e retire as cocadas da assadeira com uma espátula. Se quiser guardar a cocada, deixe esfriar bem e guarde num recipiente com tampa.



Imagem: Reprodução/WEB