

# ACÉM COM LEGUMES NA PANELA DE PRESSÃO

## INGREDIENTES

- 1 kg de acém picado
- 5 batatas médias descascadas e picadas a seu gosto (lembre-se que se forem cortadas pequenas, elas cozinharão mais rápido do que se forem cortadas maiores)
- 2 cenouras descascadas e cortadas em rodela
- 1 cebola inteira picada em cubinhos
- 1 pimentão verde cortado em tiras
- 1 cubo de caldo sabor carne
- 1 cubo de caldo sabor legumes
- coentro a gosto
- sal e pimenta a gosto
- 3 colheres (sopa) de óleo
- 2 cabeças de alho
- 1 extrato de tomate de sua preferência
- 1 copo (americano) de água

## MODO DE PREPARO

Em uma frigideira, sele o acém com 1 colher (sopa) de óleo e um pouco de sal até ambos lados dourarem

Na mesma frigideira, faça a selagem dos legumes com o caldo de legumes e 2 colheres (sopa) de água por cerca de 2 minutos e desligue o fogo

Em uma panela de pressão coloque a cebola, os alhos e 2 colheres (sopa) de óleo e deixe dourar

Em seguida coloque o acém e os legumes, o molho, o cubo de caldo de carne, o sal e a pimenta a gosto, o coentro e a água

Deixe cozinhar por aproximadamente 20 a 25 minutos, desligue o fogo e espere a pressão sair

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitafacilrapida.com.br/receita/8793-acem-com-legumes-na-panela-de-pressao.html>