



Rolinhos de peru com coentros

rolinhos de peru com coentros

30 min | ★★ | Prato Principal

para 4 pessoas

ingredientes

2 bifes grandes de peru
(300gr)

Sal q.b.

Pimenta

1 limão

6 dentes de alho

4 colheres de sopa de
coentros picados

Nozes

50 g Becel Cozinha

modo de preparação (para 4 porções)

para rolinhos de peru com coentros

1. Tempere os bifes com uma pitada de sal, pimenta e o sumo de limão e deixe marinar durante algumas horas. Pique finamente os alhos e misture com os coentros e as nozes.
2. Espalhe esta mistura sobre os bifes. Enrole-os apertando bem.
3. Coloque sobre um tabuleiro com Becel Cozinha e leve ao forno quente (225°C) durante cerca de 30 minutos.
4. Retire a folha de alumínio e deixe alourar durante mais cinco minutos.
5. Coloque no prato, corte em fatias e sirva com batatas e cenourinhas glaceadas.

Saboroso!