

**Aproveitamento da carne ovina**  
*EMATER. Rio Grande do Sul/ ASCAR.*

Fôlder / 2004

Cód. Acervo: 39018

© Emater/RS-Ascar



Disponível em: <http://hdl.handle.net/20.500.12287/39018>

Documento gerado em: 07/11/2018 17:45

O Repositório Institucional (RI) da Extensão Rural Gaúcha é uma realização da Biblioteca Bento Pires Dias, da Emater/RS-Ascar, em parceria com o Centro de Documentação e Acervo Digital da Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CEDAP/UFRGS) que teve início em 2017 e objetiva a preservação digital, aplicando metodologias específicas, das coleções de documentos publicados pela Emater/RS- Ascar.

Os documentos remontam ao início dos trabalhos de extensão rural no Rio Grande do Sul, a partir da década de 1950. Portanto, salienta-se que estes podem apresentar informações e/ou técnicas desatualizadas ou obsoletas.

1. Os documentos disponibilizados neste RI são provenientes da coleção documental da Biblioteca Eng. Agr. Bento Pires Dias, custodiadora dos acervos institucionais da Emater/RS-Ascar. Sua utilização se enquadra nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
2. É vetada a reprodução ou reutilização dos documentos disponibilizados neste RI, protegidos por direitos autorais, salvo para uso particular desde que mencionada a fonte, ou com autorização prévia da Emater/RS-Ascar, nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
3. O usuário deste RI se compromete a respeitar as presentes condições de uso, bem como a legislação em vigor, especialmente em matéria de direitos autorais. O descumprimento dessas disposições implica na aplicação das sanções e penas cabíveis previstas na Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998 e no Código Penal Brasileiro.

Para outras informações entre em contato com a Biblioteca da Emater/RS-Ascar - E-mail: [biblioteca@emater.tche.br](mailto:biblioteca@emater.tche.br)

## BIFE À PARMECIANA

### Ingredientes:

1 kg de carne de Pernil, 3 ovos, 2 cebolas, 5 tomates, queijo e presunto em fatias, farinha de rosca, pimenta, sal, alho, vinagre, azeitonas verdes.



### Modo de Fazer:

Cortar os bifes no sentido contrário das fibras e bate-los. Temperar com alho picado, sal e vinagre. Empanar os bifes na farinha de rosca. Passar os bifes empanados nos ovos batidos (clara e gema juntos). Passar novamente na farinha de rosca. Fritar em gordura quente, colocando-os depois de prontos, lado a lado numa assadeira. Colocar em cima de cada bife, uma fatia de presunto e uma de queijo. Fazer o molho com tomates, cebolas, sal e pimenta. Colocar uma colher de sopa de molho sobre cada bife. Decorar com azeitonas descarocadas. Leve ao forno para gratinar. Servir Quente.



## VALOR NUTRICIONAL

Água .....	55 a 70 %
Proteína .....	15 a 20 %
Gordura .....	3 a 30 %
Hidrato de Carbono .....	1 a 6%
Mineral .....	1%

## CUIDADOS NA CARNEAÇÃO

Evitar contato entre a lâ e carne

Evitar carnear o animal cansado (Adrenalina)

Isolado de animais domésticos (Cachorro)

Lavagem dos utensílios

Proteção pessoal

Higiene pessoal

Receitas elaboradas pelos extensionistas da região de Pelotas:

João Paulo Oliveira Garcia  
Neli Ferreira da Silva  
Mário Andrade Porto  
Ada Eneida Batista da Silva

[www.emater.tche.br](http://www.emater.tche.br)

# APROVEITAMENTO DA CARNE OVINA



5.000prod/04 | Produzido e impresso na EMATER/RS



## CORDEIRO AO MOLHO DE VINHO

### Ingredientes:

1kg de Pernil ou paleta desossado, 30g de sal, 1 cabeça de alho pequena, pimenta do reino, 30 ml de óleo, 100g de cebola cortada bem fina, 300 ml de Vinho tinto, 1 colher de sopa de farinha de trigo, 200g de bacon cortado em Cubos, 20g de cebolinhas em conserva inteiras e 2 tabletes de caldo de carne.

### Modo de fazer:

Cortar o pernil em cubos pequenos, temperar com sal, alho, pimenta do reino e limão. Deixar no tempero por 1 hora, depois refogar a carne no óleo até dourar. Colocar a cebola e adicionar o vinho lentamente, junto com um pouco de água para formar o molho. Para engrossar, acrescentar 1 colher de farinha de trigo, já dissolvida em água. Colocar o bacon, as cebolas em conservas e o caldo de carne. Deixar em fogo brando para engrossar o molho.



## PERNIL DESOSSADO RECHEADO

### Ingredientes:

1 costela desossado, 1 molhe de Couve, 4 Ovos e Tempero prévio à gosto.

### Molho:

1 cebola, 2 tomates, tempero verde, 1 pimentão, Sal, alho, extrato de tomate, pimenta-do-reino (a gosto).



### Modo de Fazer:

Retirar o osso do pernil e um pedaço da carne em torno da cavidade. Por o Pernal no tempero por algumas horas. reservar. Cozinhar brevemente a couve, sem os talos em água e sal. Na cavidade do pernil , colocar a couve, o molhe e os ovos cozidos inteiros. Fechar o pernil, com costura. Assar em forno médio.

## COSTELA DESOSSADA RECHEADA

### Ingrediente:

1 Costela grande de Borrego.

### Tempero Prévio:

3 colheres de sopa de arisco, 1 caldo de galinha, ½ copo de leite, 4 colheres de óleo, 1/2 xícara de vinagre e 1 colher de sopa de pimenta líquida vermelha.



### Ingredientes para o molho e o recheio:

4 folhas pré cozidas de couve manteiga, 2 Cebolas médias, 2 tomates sem casca, 2 colheres de óleo, sal a gosto, 2 ovos cozidos amassados e 1 cenoura pré cozida, cortada em fatias longitudinais bem finas.

### Modo de fazer:

Prepare o molho com o óleo, as cebolas, os tomates e o sal reserve. Misture os ingredientes do tempero prévio em uma tigela. Desosse a costela, deixando no tempero, por no mínimo 8 horas. A seguir, fôrre as costelas com as folhas de couve manteiga pré cozidas. Espalhe por toda costela, o molho, os ovos amassados e as fatias de cenoura. Enrole a costela e fixe-a com laçadas de barbante (tipo copa). Leve ao forno alto por 1 hora e meia. Sirva ainda quente, em bandejas guarnecidas por frutas e legumes.



## ESPINHAÇO À FRONTEIRA

### Ingredientes:

2 kg de espinhaço cortados em pedaços, 3 tomates, 3 cebolas picadas, 1 pimentão, 5 colheres de óleo, ½ xícara de farinha de mandioca (milho), 1 colher de extrato de tomate, 1 limão ou vinagre, alho, folha de louro, manjerona, pimenta-do-reino, sal, salsa a gosto e água quente.



### Modo de fazer:

Socar bem o sal, o alho, a pimenta e a manjerona, acrescentar o suco de limão ou vinagre, passando esta mistura na carne, deixando repousar por 15 minutos. Picar a cebola, o tomate, o pimentão e o louro, fritando-os no óleo. Juntar a carne, deixando fritar por 1 hora. Juntar a salsa e a água quente até cobrir a carne. Deixar ferver até ficar bem cozida. Acrescentar então a farinha de mandioca, mexendo até ficar um pirão, cuidando para não embolar. Servir ainda quente.

## SARRABULHO

### Ingredientes:

Sangue coalhado, coração, fígado, línguas pré-cozidas, 1 pitada de Sal, 1 cebola grande, 3 dentes de alho, tempero verde, pimenta a gosto, farinha de mandioca torrada e 2 ovos cozidos.

### Modo de fazer:

Aparar o sangue numa tigela, com um pouco de sal. Deixar coagular. Aferventar as vísceras e o sangue coagulado. Refogar a cebola, juntar o sangue, as vísceras cozidas e os outros ingredientes, bem picados, temperando a gosto. Engrossar com farinha de mandioca torrada. Acrescentar os ovos cozidos.

