Sukiyaki de fogão

Rendimento
20 porções

Tempo de preparo
01:30

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Alcatra bovina (cortada em iscas finas)	8 bifes médios	1 kg
Sal	3 pitadas	1,2 g
Itokonyaku (shirataki)	4 pacotes	800 g
Manteiga sem sal	Meia xícara (chá)	100 g
Cebola (fatiada)	1 unidade grande	200 g
Cenoura (em rodelas finas)	1 unidade grande	200 g
Cogumelo shimeji	1 bandeja	200 g
Acelga (cortada em fatias de 1 cm)	Meia unidade média	600 g
Cebolinha (em canudo)	2 maços	360 g
Broto de feijão (moyashi)	1 pacote	500 g
Água	1 xícara (chá)	200 ml
HONDASHI® Profissional	1 colher e meia (chá)	4,5 g
Saquê mirim	5 colheres (sopa)	75 ml

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
SATIS!® Molho Shoyu Profissional	Meia xícara (chá)	100 ml

Modo de Preparo

1. Em um bowl, coloque a carne e o sal, e misture. Cubra e deixe tomar gosto na geladeira por 1 hora.

2. Coloque o itokonyaku em água fervente e deixe cozinhar por 5 minutos. Retire do fogo, passe em água fria e deixe escorrer. Reserve.

3. Prepare o molho: em uma panela média, coloque a água e leve ao fogo alto para aquecer. Ao levantar fervura, junte o HONDASHI® Profissional e misture até dissolver totalmente. Retire do fogo e acrescente o saquê e o SATIS!®. Reserve.

4. Em uma panela grande, coloque a manteiga e leve ao fogo alto para derreter. Junte a carne e frite por mais 6 minutos, ou até dourar. Acrescente a cebola e refogue por 2 minutos, ou até que fique transparente. Regue com metade do molho reservado e misture.

5. Adicione a cenoura e o shimeji, e cozinhe por 2 minutos. Junte a acelga e a cebolinha, regue com o restante do molho e deixe cozinhar por 1 minuto.

6. Acrescente o itokonyaku reservado e misture até que esteja completamente envolvido pelo caldo. Por último, adicione o moyashi, misture e desligue o fogo. Sirva em seguida.