ARROZ INTEGRAL COM LENTILHA NA PRESSÃO

INGREDIENTES

500g de lentilha

300g de arroz integral

alho

azeite

manjericão

curry

açafrão da terra

cheiro verde

coentro

cebolinha

1 tempero pronto sabor de alho

sal

MODO DE PREPARO

Em uma panela de pressão, refogue o alho com azeite

Acrescente o arroz integral refogando mais um pouco

Adicione a lentilha, o tempero pronto, curry, açafrão, manjericão e sal a gosto

Complete com água o suficiente para cobrir o arroz e a lentilha

Depois de levantar fervura, tampe a panela deixando na pressão por 7 minutos

Apague o fogo e deixe sair a pressão naturalmente

Em seguida transfira para um refratário

Junte os temperos verdes

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/12640-arroz-integral-com-lentilha-na-pressao.html