

JILÓ REFOGADO

INGREDIENTES

300 g de jiló verde

1 tomate médio

1 cebola média

sal a gosto

óleo

MODO DE PREPARO

Corte o jilós em cubos pequenos.

Em uma frigideira acrescente uma colher de sopa de óleo. Adicione o jiló até que fique bem fritinho.

Adicione sal a gosto.

Adicione cebola e tomate cortados em cubos e tampe a panela até criar um caldinho.

Em seguida sirva com arroz branco.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/12994-jilo-refogado.html>