

POLENTA SUPER-RÁPIDA

INGREDIENTES

2 xícaras de fubá

3 xícaras de água

1 dente de alho

1/2 copo de água

1 cebola pequena

2 colheres de óleo

1 pitada de sal a gosto

400 g de acém ou costela

MODO DE PREPARO

Num recipiente (refratário ou pote) coloque as duas xícaras de trigo

E as 3 xícaras de água, misture bem de modo a hidratar todo o trigo, depois reserve e deixe descansar.

Enquanto isso, numa panela com óleo quente doure uma cebola e o alho, após acrescente 1/2 copo de água

Tampe e deixe a água levantar fervura, após a ebulação acrescente o fubá o sal a gosto e misture em fogo baixo até engrossar um pouco e e cozinhar o fubá

Pode acrescentar mais água se a mistura ficar muito seca. Depois sirva.

Carne

Corte em cubos qualquer corte de carne, frite com azeite , cebola e alho e acrescente um sachê de molho de tomate ou ketchup.

Sirva junto com a polenta.

Bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/13619-polenta-super-rapida.html>