

CUSCUZ MOLE DE ORA-PRO-NOBIS

INGREDIENTES

azeite de oliva [mínimo 3 colheres de (sopa)]

1 cebola picada

1 dente de alho amassado

1/2 vidro de palmito em conserva picado e escorrido

1 tomate picado em cubinhos

mais ou menos 15 folhas grandes de ora-pro-nóbis

2 a 3 colheres de sopa de farinha de mandioca (torrada ou beiju)

2 a 3 colheres de sopa de farinha de milho em flocos

sal e pimenta-do-reino a gosto

temperos verdes picados a gosto (salsinha, cebolinha, coentro)

MODO DE PREPARO

Refogue a cebola e o alho no azeite.

Junte o tomate e refogue mais um pouco.

Não deixe o tomate desmanchar, ele deve ficar firme.

Tempere com o sal e a pimenta.

Se quiser colocar outros temperos secos (cominho, orégano...), esta é a hora.

Junte o palmito e a azeitona e refogue mais um pouco.

Pique grosseiramente as folhas de ora-pro-nóbis e coloque na mistura, mexendo bem para que se dividam homogeneousmente no preparo.

Bata o ovo e incorpore no refogado, mexendo bem.

Deixe cozinhar por mais ou menos 2 minutos, até que cozinhe um pouco .

Desligue o fogo e vá colocando as farinhas aos poucos, mexendo bem.

A mistura deve ficar úmida, por isso dose a quantidade de farinha.

Se precisar coloque mais ou, se perceber que vai secar demais, não use tudo.

Junte os temperos verdes picados, misture e sirva as colheradas, ou coloque no aro, para dar formato.

Sirva com salada verde ou como acompanhamento para seu arroz com feijão!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13758-cuscuz-mole-de-ora-pro-nobis.html>