

CARNE MOÍDA COM CENOURA E ESPINAFRE

INGREDIENTES

500 g de patinho moído ou outra carne de sua preferência

4 dentes de alho esmagados

1 cebola média picada

1 tomate médio picado

1 maço de espinafre

2 cenouras grandes raladas ou bem picadas

1/2 maço de cheiro verde

1/2 maço de coentro

azeite e sal a gosto

água

MODO DE PREPARO

Retire as folhas do espinafre, leve bem e reserve.

Refogue a cebola e o alho no azeite até dourar.

Adicione a carne moída e refogue até ficar bem soltinha e começar a juntar água.

Adicione o tomate e a cenoura, cubra com água e acerte o sal. Deixe cozinhar por uns 15 minutos.

Adicione salsa, cebolinha e coentro.

Adicione o espinafre e deixe mais 5 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14445-carne-moida-com-cenoura-e-espinafre.html>