

CHUCHU REFOGADO

INGREDIENTES

1 chuchu em cubos

1/2 cebola picada

2 alhos picados

1 colher rasa de semente de chia

1 colher de azeite/óleo

150 ml de água

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque em uma panela em fogo alto o azeite, o alho e a cebola picados e refogue.

Acrescente o chuchu em cubos e a semente de chia e deixe refogar de 2 a 3 minutos.

Acrescente a água e o sal.

Não deixe que ele cozinhe muito pois vira papa.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/17558-chuchu-refogado.html>