

ABÓBORA TRIVIAL SABOROSA NA PRESSÃO

INGREDIENTES

1 kg de abóbora tipo japonesa com casca, cortada em cubos pequenos (mas não muito miudinhos)
1 e 1/2 xícara (chá) de água
1 e 1/2 tablete de caldo de galinha ou legumes
1 colher (café) de pimenta-do-reino branca ou páprica picante
1 colher colher (chá) de açafrão ou cominho moído
5 dentes de alho picados ou espremidos
1 cebola pequena picada
2 colheres (sopa) de óleo
salsinha e orégano a gosto

MODO DE PREPARO

Leve uma panela de pressão com o óleo ao fogo.

Junte a cebola e o alho e deixe ficar bem refogados.

Junte os outros ingredientes e tampe a panela.

Deixe cozinhar por 5 minutos, em fogo médio, depois que a panela começar a chiar.

Apague o fogo e deixe sair a pressão espontaneamente.

Abra a tampa e, se tiver ainda muito líquida, deixe no fogo alto, mexendo sempre, até ficar do seu gosto (mas cuidado para não secar demais).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/19197-abobora-trivial-saborosa-na-pressao.html>