

SALADA DE LEGUMES COZIDOS NO VAPOR

INGREDIENTES

2 chuchus médios descascados e cortados em cubos grandes

2 cenouras grandes descascadas e cortadas na diagonal

200 g de vagem cortadas na diagonal

200 g de tomates cerejas

1 cebola pequena cotadas em rodela finas

1/2 pimentão vermelho cotados em cubos grandes

5 dentes de alho picados

1/2 xícara (chá) de azeite

1/2 xícara (chá) de vinagre

sal a gosto

salsinha a gosto

orégano a gosto

pimenta-do-reino ou calabresa a gosto

1 colher (chá) de açafrão

MODO DE PREPARO

Cozinhe, no vapor, o chuchu, a cenoura e a vagem até ficarem macios (al dente).

Depois de cozidos, coloque numa travessa e deixe esfriar.

Adicione 2 colheres (sopa) de azeite em uma frigideira e junte o alho e o pimentão.

Refogue até o pimentão ficar macio.

Apague o fogo e junte o restante do azeite e os outros ingredientes.

Coloque tudo em cima dos legumes e misture tudo muito bem.

Sirva fria ou gelada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/19749-salada-de-legumes-cozidos-no-vapor.html>