

GUIADO DE LEGUMES

INGREDIENTES

- 1 abobrinha média verde
- 1 cenoura média
- 1 chuchu médio
- 1 berinjela média
- 1 cebola roxa média
- 2 dentes de alho picados
- 1 maço de cebolinha picada
- 2 filés de frango seara cortado em tiras
- sal a gosto
- suco de 1 limão
- pimenta-do-reino a gosto
- 2 colheres de azeite

MODO DE PREPARO

Pegue o frango corte em tiras finas, tempere com sal, pimenta-do-reino, limão e reserve.

Corte todos os legumes em tiras finas no cortador de legumes tipo macarrão.

Coloque uma frigideira grande no fogo para esquentar.

Coloque o azeite, frite o frango, deixe cozinhar um pouco.

Depois que secar toda a água dele, coloque a cebola, frite depois o alho, e alternadamente os legumes sem deixar ficar com água (como se tivesse misturando um macarrão).

Refogue bem e na hora de servir, coloque a cebolinha picada.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20319-guisado-de-legumes.html>