

# GUISADO 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.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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