MANDIOQUINHA, ABÓBORA E BRÓCOLIS

INGREDIENTES

800 g de mandioquinha

200 g de abóbora

1 cebola

3 dentes de alho

1 tomate

1 sazon

pimenta-do-reino e sal a gosto

MODO DE PREPARO

Cozinhe a abóbora e a mandioquinha com água e o sazon, por 20 minutos na panela de pressão.

Amasse-as na mesma água e reserve.

Refogue a cebola, o alho e o tomate, junte tudo e leve ao fogo com brócolis por 15 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22055-mandioquinha-abobora-e-brocolis.html