

PANELINHA GOIANA

INGREDIENTES

3 copos (americanos) de arroz
1 litro de água
2 tabletes de caldo de galinha
500 g de linguiça de porco
300 g de filé de peito frango cortados em cubinhos
3 copos (americanos) de óleo
5 espigas de milho verde picada para refogar
300 g de pequi
100 g de requeijão cremoso
2 tomates maduros cortados em rodelas
1 vidro de palmito em conserva
200 g de queijo mussarela fatiado
alho
cebola
pimenta
cheiro-verde
sal

MODO DE PREPARO

Coloque em uma panela média (tipo caçarola) a linguiça e cubra com óleo.
Quando a linguiça estiver frita, espere esfriar e corte em pedaços pequenos.
Escorra um pouco do óleo (deixe só o suficiente), frite a cebola e o alho, coloque o filé de peito de frango.
Quando o picadinho de filé de frango estiver frito e douradinho, junte a linguiça picadinha.
Coloque o milho verde e o pequi, refogue pingando água para não grudar no fundo da panela.
Lave o arroz e acrescente na panela com todos os ingredientes.
Acrescente a água.
Quando estiver começando a ferver, coloque os tabletes de caldo de galinha e o requeijão cremoso.
Misture bem para dissolver o caldo e o requeijão, se necessário acrescente sal a gosto.
Abaixe o fogo, tampe a panela e espere secar.
Coloque os tomates, os palmitos e o cheiro-verde por cima e cubra com o queijo mussarela.

Tampe a panela por 1 minuto, quando o queijo estiver derretido desligue o fogo e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25820-panelinha-goiana.html>