

# 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 queijão 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 queijão cremoso.

Misture bem para dissolver o caldo e o queijão, 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>