

RISOTO SHIMEJI FIT

INGREDIENTES

200 g de shimeji

1 xícara de arroz branco

1 colher (sopa) de creme de ricota light

1 colher (sopa) de shoyu light

cebolinha picada fresca ou desidratada

1 colher (chá) de óleo de coco

MODO DE PREPARO

Em uma frigideira, coloque o óleo de coco e deixe esquentar.

Enquanto isso, lave bem o shimeji.

Após lavado, coloque o shimeji na frigideira e deixe por 5 minutos, mexendo de vez em quando.

Após o cozimento, acrescente a cebolinha e o shoyu light, mexa tudo por mais 2 minutos, desligue o fogo e reserve.

Coloque o arroz na panela com água e deixe cozinhar.

Após cozido, desligue o fogo e deixe esfriar um pouco por 5 minutos.

Em uma vasilha de vidro, (fora do fogo) misture aos poucos o shimeji, o arroz e o creme de ricota até atingir uma boa consistência e ficar pronto todo o risoto.

Se necessário, adicione mais um pouco de shoyu nessa última etapa.

Pode acompanhar legumes verduras, na imagem temos cenoura e brócolis.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26513-risoto-shimeji-fit.html>