

# CUSCUZ DE LEGUMES

## INGREDIENTES

1 cebola picada  
1 colher de óleo  
1 copo de água quente  
1 cubo de caldo de galinha  
1/3 de uma lata de molho de tomate pronto  
2 copos americanos de farinha de milho biju  
1/2 lata de milho verde  
1/2 lata de ervilha  
1 vidro pequeno de palmito  
1 tomate maduro picado  
1/2 cenoura ralada  
1/2 xícara de azeitona picada  
sal a gosto  
2 ovos cozidos para decorar  
pedaços de palmito em rodela para decorar  
1 tomate cortado em rodela para decorar  
algumas azeitonas recheadas para decorar

## MODO DE PREPARO

Coloque uma colher de óleo em uma panela.

Refogue a cebola até ficar transparente, sem queimar.

Acrescente o tomate e refogue.

Refogue em seguida o milho, a ervilha, a cenoura e o palmito.

Coloque o molho de tomate pronto e a água quente com um cubo de caldo de galinha dissolvido.

Deixe cozinhar alguns minutos, até amolecer a cenoura ralada.

Acerte o sal a gosto.

Acrescente a farinha de milho aos poucos e mexa sem parar até dar o ponto (deve ficar ligeiramente úmida e desgrudar do fundo da panela).

Dois copos de farinha é só uma referência, pode ser um pouco menos ou um pouco mais, dependendo da farinha.

Coloque o cuscuz, ainda quente, em uma forma ligeiramente untada (eu uso a de bolo) pressionando ligeiramente.

No fundo da forma e na lateral, você decora como quiser, usando o tomate, o palmito, ovo e azeitonas.

Espere esfriar e desenforme.

Também pode ser enformado em forminhas para empadinha.

Bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27479-cuscuz-de-legumes.html>