

PRATO VEGETARIANO

INGREDIENTES

2 cebolas grandes
8 dentes de alho
4 batatas grandes
3 cenouras
1 maço de brócolis
1 maço de couve-flor
300 g de ervilha
1 pimentão vermelho
1 pimentão verde
1 litro de leite de coco
1 litro de creme de leite
2 litros de água
1/2 limão espremido
500 g de cogumelos (de preferência que não sejam enlatados)
sal e curry a gosto
óleo a gosto

MODO DE PREPARO

Cortar e refogar a cebola junto ao alho por 4 minutos.

Logo em seguida, colocar a batata em cubinhos e refogar por mais 6 a 8 minutos (depende da potência de cada fogão).

Adicionar os cogumelos e refogar por mais 2 minutos.

Logo em seguida, adicionar leite de coco, o creme de leite e água, mexer, temperar com sal e curry.

Quando estiver fervendo, adicionar as cenouras em rodela, deixar ferver um pouco e colocar a couve-flor junto com o brócolis e a ervilha, deixar por 4 minutos.

Depois, adicione os pimentões, retire do fogo e coloque logo em seguida o suco de limão.

Esta é uma receita vegetariana, pode ser servida como prato principal, com arroz branco.

Para quem não é vegetariano pode acompanhada com carne assada, frango na chapa.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28473-prato-vegetariano.html>