

PEQUI COM LENTILHAS

INGREDIENTES

1 dúzia de pequis

500 g lentilha

1 caldo de legumes

3 tomates

2 cebolas

2 dentes de alho

salsinha

cebolinha

azeite

MODO DE PREPARO

Coloque de molho as lentilhas.

Rale uma cebola e pique a outra.

Amasse o alho e corte os tomates em cubos pequenos.

Em uma panela coloque o alho e a cebola ralada para dourar no azeite.

Em seguida acrescente o tomate e a cebola picada e refogue por dois minutos.

Acrescente o pequi, o caldo de legumes e 400 ml de água.

Ferva por 10 minutos em fogo alto, sempre observando a água para não deixar secar.

Escorra a água das lentilhas e lave em água corrente.

Após o cozimento do pequi, acrescente as lentilhas e coloque água dois dedos acima.

Coloque sal a gosto.

Ferva até o cozimento da lentilha, acrescentando água sempre que necessário para manter o caldo a seu gosto.

Após desligar o fogo, acrescente salsinha e cebolinha.

Acompanhe com arroz branco, proteínas e salada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaseisrapidas.com.br/receita/30457-pequi-com-lentilhas.html>