

PENNE A LA BETA CAROTENO

INGREDIENTES

cebola roxa picada (a gosto)
1 dente de alho picado
1/2 abóbora paulista (amarela) picada em cubos
10 tomates cereja cortados ao meio
1 cenoura média ralada
3 fatias de pimentão amarelo picado em cubinhos
10 azeitonas pretas
óleo para refogar
sal a gosto
salsinha a gosto
1/2 pacote de macarrão penne

MODO DE PREPARO

Refogue a cebola e o alho no óleo.
Adicione a abóbora, a cenoura, o tomate e o pimentão.
Adicione água e tampe a panela para que os vegetais cozinhem.
Verifique de tempos em tempos a textura da abóbora que deve ficar macia e adicione água conforme necessário.
Adicione a salsinha, as azeitonas e acerte o sal.
Cozinhe o macarrão em uma panela com água e uma pitada de sal.
Assim que estiver cozido, escorra a água e junte a massa aos vegetais.
Misture bem e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/30864-penne-a-la-beta-caroteno.html>