

# 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.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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