

## GALINHADA COM PALMITO

### INGREDIENTES

2 xícaras de chá de arroz

2 peitos de frango, cortados em pedaços grandes

1 pote de palmito (500 g)

1 pote de ervilha (350 g)

3 cenouras médias, cortadas em pedaços grandes

1 cebola pequena, cortada em cubos

6 colheres de molho de tomate

2 tabletes de caldo de galinha

3 dentes de alho

1 colher de sopa de azeite

cominho a gosto

pimenta-do-reino a gosto

sal a gosto

### MODO DE PREPARO

Em uma panela de pressão coloque os pedaços de frango e as cenouras cortadas em pedaços grandes.

Acrescente o caldo de galinha, o cominho, a pimenta-do-reino e sal a gosto.

Coloque água até cobrir todos os ingredientes, de modo que após cozidos, ainda tenha água para cozinar o arroz.

Deixe cozinar por 30 minutos.

Após cozinar o frango separe o excesso de caldo e os pedaços de frango e cenoura cozidos.

Após separar o frango cozido, leve outra panela ao fogo e deixe aquecer.

Acrescente o azeite e refogue o alho e a cebola.

Acrescente o arroz e misture bem. Acrescente os pedaços de frango e cenoura cozidos.

Com o caldo, em que o frango foi cozido, cubra todos os ingredientes. Acrescente o palmito, a ervilha e o molho de tomate. Deixe cozinar por 20 minutos ou até secar a água.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/31067-galinhada-com-palmito.html>