

ESTROGONOFÉ DE SOJA

INGREDIENTES

2 xícaras de proteína de soja tamanho grande

tempero pronto de sua preferência e/ou sal

1 cebola picada

1 tomate picado sem semente

400 ml leite

4 colheres de polpa de tomate

200 g de creme de leite

1 colher de sopa de amido

MODO DE PREPARO

MOLHO:

Molho:Frite a cebola e o tomate até a cebola adquirir cor rosada.

Adicione a PTS já hidratada com a água temperada, misture bem e deixe cozinhar por aproximadamente 5 minutos ou até que a PTS esteja bem amolecida.

Adicione o leite e a polpa de tomate, misture e deixe ferver.

Assim que começar a ferver adicione o creme de leite, misture bem.

Para um molho mais incorporado, dissolva o amido com um pouco de leite e misture ao molho.

Deixe cozinhar por mais 2 minutos. O processo poderá ser repetido até que o molho adquira a densidade desejada.

Sirva com salada, arroz e batata palha.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34895-estrogonofe-de-soja.html>