

PRATO FEITO: PICADINHO, ARROZ E LEGUMES

INGREDIENTES

PICADINHO:

Picadinho:1 kg de alcatra cortada em cubos
4 dentes de alho amassados
1 colher de vinagre
1 colher óleo de canola
sal e pimenta a gosto
1 cebola picadinha
1/2 copo de vinho tinto seco (opcional)
1 colher (de chá) de farinha de trigo
1 colher (de chá) de manteiga

ARROZ:

Arroz:2 copos (240 ml) de arroz
4 copos de água
3 dentes de alho picados
1/2 cebola picada
1 colher óleo de canola ou azeite
sal (cerca de 1 colher de chá)

LEGUMES:

Legumes:2 cenouras cortadas em tiras
20 a 25 talos de aspargos
20 tomates cereja cortados ao meio
1 colher de azeite
sal a gosto

MODO DE PREPARO

PICADINHO:

Picadinho:Tempere a carne com sal, pimenta, vinagre e alho.

Numa panela, aqueça o óleo e coloque a carne para fritar. Deixe por cerca de 3 minutos, mexa e deixe mais 3.

Acrecente a cebola.

Assim que a cebola estiver cozida e tiver soltado bastante água, coloque o vinho (ou $\frac{1}{2}$ copo de água) e a farinha. Mexa constantemente para não empelotar, por cerca de 5 minutos. Deverá formar um caldo bem cremoso.

Coloque a manteiga e misture bem. Deixe cozinhar, em fogo baixo, por 15 minutos.

ARROZ:

Arroz: Frite a cebola e o alho no óleo.

Adicione o arroz e o sal e misture bem.

Coloque a água e deixe cozinhar, em fogo alto, até que o líquido tenha evaporado quase completamente (aproximadamente 15 minutos).

Tampe a panela, abaixe o fogo para o mínimo e deixe cozinhar até que o arroz esteja sequinho e macio.

LEGUMES:

Legumes: Cozinhe a cenoura e os aspargos até que estejam al dente (pode ser à vapor ou em uma panela com água). Numa vasilha, coloque cenoura, aspargos e tomates e tempere com sal e azeite. Misture bem e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/36353-prato-feito-picadinho-arroz-e-legumes.html>