

ARROZ INTEGRAL TEMPERADO

INGREDIENTES

1 kg de arroz integral

1/2 pimentão pequeno picado

4 rodelas de cebola picada

2 dentes de alho amassados

1/2 cenoura grande ralada/picada

3 colheres de sopa de óleo de oliva

coentro a gosto

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela em fogo baixo coloque o pimentão, a cebola picada, o alho amassado e as três colheres de sopa de óleo de oliva.

Após refogado os ingredientes, acrescer a cenoura ralada e o coentro, que serão levemente refogados.

Com todos os temperos refogados acrescentar o kg de arroz a seco e mexer por volta de um minuto.

Após misturado ao tempero, acrescentar água e sal a gosto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/37014-arroz-integral-temperado.html>