

GALINHA CAIPIRA COM QUIABO E LEGUMES

INGREDIENTES

1 galinha de aproximadamente 2 kg

200 g de quiabo

2 batatas grandes

1 cenoura

1 tomate

coentro (ou cheiro verde)

1 cebola grande

2 dentes de alho

suco de um limão

vinagre

sal a gosto

pimenta-do-reino

1 tablete de caldo de galinha

colorau em pó

molho de alho

MODO DE PREPARO

Temperar os pedaços da galinha com suco de 1 limão, 1 colher de sopa de vinagre, 1 colher de sopa de molho de alho, 1 litro de água e sal a gosto.

Coloque para cozinhar na pressão por 30 minutos.

Enquanto isso frite por 10 minutos o quiabo, já com as pontas cortadas, para tirar a baba e reserve.

Fritar a cebola e o alho picados, até dourar, lembrando que a cebola deve ser colocada primeiro e depois o alho, reserve.

Após os 30 minutos na pressão, acrescentar na panela, a cebola, o alho, o tomate picado, o coentro picado (ou cheiro verde), a batata cortada em cubos grandes, a cenoura cortada em rodelas, e cozinhar sem tampa até os legumes amolecerem.

Acrescente por fim o quiabo e deixe ferver por mais 2 minutos. Pronto, é só servir.

Acompanha bem arroz branco e polenta.

Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/38183-galinha-caipira-com-quiabo-e-legumes.html>