

## ARROZ NUTRITIVO

### INGREDIENTES

3 xícaras de arroz

3 colheres (sopa) de óleo

3 ovos batidos

1 dente de alho picado

1 xícara de cebola picada

1 xícara de cenoura ralada

1 colher (sopa) de manteiga

1 colher (sopa) rasa de sal

1 xícara de presunto magro picado

1 xícara de passas de uva preta sem caroço

1 xícara de ervilhas cozidas

4 e 1/2 xícaras de água fervente

1 colher (cafezinho) de açafrão

### MODO DE PREPARO

Refogue o alho e a cebola no óleo. Adicione o arroz, os ovos batidos e frite até os grãos ficarem soltos. Misture a cenoura, o açafrão, o sal e a água fervente. Abaixe o fogo e deixe cozinhar em panela semi-tampada por 15 minutos. Depois, misture rapidamente os demais ingredientes com ajuda de dois garfos. Deixe tampado por 5 minutos e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/38547-arroz-nutritivo.html>