

# ARROZ INTEGRAL COM FRANGO NA PANELA DE PRESSÃO

## INGREDIENTES

- 1 xícara de arroz integral lavado e escorrido
- 1/2 xícara de azeitonas picadas
- 2 xícaras de peito de frango desfiado
- 1 xícara de ervilha (congelada)
- 4 floretes de brócolis ninja picado
- cebolinha e salsa a gosto
- 1/2 cebola ralada
- 1/2 pimentão amarelo, vermelho e verde picados
- 3 dentes de alho picados
- 3 xícaras de água (chá)
- 2 tabletes de caldo de galinha dissolvidos na água

## MODO DE PREPARO

Colocar na panela de pressão e misturar tudo. Levar ao fogo e contar 25 minutos após a válvula começar a chiar. Desligar o fogo e manter a panela fechada por 10 minutos. Abrir a panela de pressão, misturar o conteúdo, colocar numa travessa e servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/38850-arroz-integral-com-frango-na-panela-de-pressao.html>