

RISOTO DE QUINOA

INGREDIENTES

3 colheres (sopa) de quinoa em grão (deixe de molho da noite para o dia)

1 xícara de abóbora picada em cubinhos

1 xícara de quiabo cortado em rodelas

2 colheres (sopa) de azeite

2 colheres (sopa) de salsa picada

MODO DE PREPARO

Escorra e cozinhe a quinoa na pressão com 1 xícara de água e 1 pitada de sal, por 10 minutos.

À parte cozinhe a abóbora e o quiabo com pouca água e sal.

Acrecente a quinoa cozida e deixe no fogo até secar.

Por último, coloque a salsa e o azeite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40153-risoto-de-quinoa.html>