

RISOTO DE ARROZ INTEGRAL

INGREDIENTES

- 1 maço de brócolis
- 1 linguiça calabresa
- 1 lata de milho verde
- 300 g de arroz integral (feito como de costume)
- 100 g de queijo prato ou muçarela
- 100 g de queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARO

Cozinhe o brócolis normalmente.

Frite a linguiça calabresa cortada em cruz ou conforme sua preferência.

Junte os demais ingredientes com o arroz integral pronto.

Por fim misture o brócolis e a calabresa.

Polvilhe com queijo parmesão ralado.

Leve ao forno médio por 15 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40422-risoto-de-arroz-integral.html>