

# MOLHO DE CARAMBOLA E AVEIA (SALGADO)

## INGREDIENTES

4 carambolas

1/2 cebola

1/2 xícara de aveia

1 copo de água

manjerição, tomilho, alecrim a gosto

pimenta a gosto

sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Faça um mingau com a água e a aveia.

Bata no liquidificador o mingau, com duas carambolas e um pouco de sal.

Refogue a cebola com 2 colheres azeite de oliva e sal até dourar.

Adicione duas carambolas cortadas em rodellas, até que fiquem macias, adicione as ervas.

Misture o resultado das duas misturas, adicione pimenta a gosto (sugestão: gotinhas de malagueta em conserva).

Sugestão: acompanha arroz integral, proteína de soja ou carnes (ex: despeje o molho sobre filés de peito (sassami) pré-grelhados e levado ao forno para assar).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/42393-molho-de-carambola-e-aveia-salgado.html>