

# ARROZ SELETA DE LEGUMES

## INGREDIENTES

3 xícaras de arroz branco ou parboilizado

200g de seleta de legumes pronta (ervilha, cenoura, milho)

1/2 xícara de azeite de oliva extra-virgem

1 cebola média picada

alho picado a gosto

5 xícaras de água preaquecida

sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Aqueça na panela o azeite de oliva.

Coloque a cebola picada e deixe até dourar.

Em seguida coloque o alho picado a gosto e logo após os legumes da seleta.

A dica é colocar um pouco de água (cerca de 100 ml) para que a ervilha se dissolva um pouco formando um caldo delicioso.

Refogue por 5 minutos.

Adicione a medida de arroz e o restante da água preaquecida.

Observe a água secar, desligue o fogo e deixe descansando por aproximadamente 5 minutos.

Está pronto!

Para um toque especial sirva acompanhado de queijo mussarela ralado de boa qualidade e uma ótima salada de alface com tomate.

Bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/42817-arroz-seleta-de-legumes.html>