

SOPA DE ARROZ INTEGRAL

INGREDIENTES

1 xícara de arroz integral
2 colheres de azeite extra-virgem
1 tomate picado
1 cebola picada
2 dentes de alho
1 colher de vinagre
1/2 pimentão
200 g de frango picado ou a gosto
Ervas-finas
2 colheres de extrato de tomate
1/2 berinjela picada
200 g de abobora picada ou a gosto
1 caldo de galinha
Sal e pimenta-do-reino a gosto
Aproximadamente um litro de água

MODO DE PREPARO

Corte o frango, reserve em uma panela.

Coloque o azeite o alho e a cebola, doure e refogue o frango.

Adicione o arroz e a berinjela, o extrato de tomate e um pouco da água, deixe cozinhar um pouco.

Coloque o restante dos ingredientes e cozinhe até que o arroz fique bem cozido.

Sirva a seguir.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/42932-sopa-de-arroz-integral.html>