

MOLHO VEGETARIANO PARA MASSAS OU ARROZ

INGREDIENTES

1 /2 abobrinha
1/2 berinjela
1/4 de abóbora
1 tomate sem sementes e lavados
2 cenouras médias
1/2 beterraba sem casca
5 dentes de alho
2 cebolas raladas
2 colheres de sopa de cheiro verde
orégano a gosto para finalizar
queijo ralado à gosto
1 colher de chá de sal ou a gosto
azeite
Água para cozinhar os legumes
Corte os legumes em quadrados

MODO DE PREPARO

Refogue o alho e as cebolas no azeite.

Acrescente os tomates e refogue por mais 3 minutos.

Acrescente a água (cerca de 400 ml).

Adicione a abobrinha, a berinjela, abóbora, a cenoura e a beterraba.

Acrescente mais água até que cubra todos os legumes.

Deixe cozinhar até a cenoura e a beterraba ficarem macias.

Em um liquidificador, bata todos os legumes com um pouco da água do cozimento dos legumes - até virar um creme sem pedaços ou a gosto.

Use como molho de macarrão, acompanhamento de outros pratos se preferir.

Bom proveito!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/43008-molho-vegetariano-para-massas-ou-arroz.html>