ARROZ ADMINISTRATIVO

INGREDIENTES

2 folhas de couve

2 ovos

Queijo parmesão ou ralado a gosto

1 xícara de arroz

Pimenta preta moída

Sal a gosto

Óleo de oliva

Óleo de soja

MODO DE PREPARO

Cozinhe o arroz com pouco sal.

Aqueça previamente, em uma panela, o azeite de oliva.

Refoque o frango no azeite ,previamente aquecido, temperando-o com o sal e com a pimenta preta moída.

Lembre-se de que o sal do frango e a pimenta que darão o sabor ao arroz.

Pique a couve em tiras finas.

Acrescente a couve ao frango refogando-a nesta mistura.

Bata os ovos separadamente com duas pitadas de sal.

Não deixe o arroz secar por completo.

Quando o arroz já estiver com pouca água misture a ele o refogado de frango e couve.

Junte a esta mistura o ovo batido e mexa bem.

Logo em seguida acrescente o queijo parmesão picado ao arroz.

Sirva em uma travessa.

Pode ser servido com vinho branco.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/45626-arroz-administrativo.html