

PANELADA DE CARNE E ABOBRINHA

INGREDIENTES

3 bifes grandes (sobras do almoço anterior) cortados em pedaços

3 linguiças calabresas cortadas em rodelas

2 abobrinhas cortadas em cubos grandes e cozidas ao dente

Cheiro verde a gosto

1 cebola roxa picada

1/2 pimentão picado

Azeite de oliva

MODO DE PREPARO

Numa panela média, refogue no azeite a cebola e o pimentão.

Acrescente a carne cortada em pedaços médios mexendo para tomar mais sabor.

Coloque no refogado a linguiça, e as abobrinhas.

Coloque um pouquinho só de água para terminar o cozimento da abobrinha, mexa um pouco mais e tampe a panela até que a abobrinha esteja bem macia.

Desligue o fogo, acrescente o cheiro verde, um pouco mais de azeite de oliva, mexa só mais uma vez e sirva ainda quente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/45744-panelada-de-carne-e-abobrinha.html>