

# MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES (LIGHT)

## INGREDIENTES

1 pacote de macarrão (massa fresca)  
1 molho de brócolis  
1 cenoura grande  
400 g de peito de frango  
azeite extra virgem a gosto  
1 colher de sopa de óleo (para refogar o frango e os legumes)

## MODO DE PREPARO

Corte o peito de frango em cubos, tempere conforme sua preferência e reserve.

Corte a cenoura em tiras, cozinhe em água e sal e reserve.

Cozinhe o brócolis e reserve.

Cozinhe o macarrão até ficar al dente, seguindo as instruções da embalagem.

Em uma panela, frite os cubinhos de frango até perceber que estão bem cozidos em seu interior. Junte a cenoura e o brócolis e refogue bem. Junte o macarrão e misture bem os ingredientes.

Apague o fogo e finalize com azeite extra virgem a gosto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/46847-macarao-com-frango-e-legumes-light.html>