

# MACARRÃO INTEGRAL COM LEGUMES E CARNE

## INGREDIENTES

1 pacote de macarrão integral

1 abobrinha pequena

1 cenoura grande

2 tomates

Cebola

3 dentes de alho

1/2 kg carne moída

brócolis

pimentão

molho de tomate

## MODO DE PREPARO

Cozinhe o macarrão al dente.

Frite alho e cebola picadinhos, coloque a carne, frite bem, rale 1 cenoura grande, 2 tomates picadinhos, 1 maço de brócolis e um pedaço de pimentão picadinho.

Depois da carne frita misture os ingredientes e deixe cozinhar, depois de tudo cozido coloque 3 colheres de molho de tomate só para dar uma cor, temperos a gosto, sal, cheiro verde, caldo de carne.

Depois do macarrão cozido, coloque o tempero e bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/47712-macarao-integral-com-legumes-e-carne.html>