ARROZ CARRETEIRO MAIS SAÚDAVEL

INGREDIENTES

SALADA VERDE:

Salada verde:1 alface americano;

3 nabos

Agrião

Cebola

Tomate

Sal e azeite a gosto para temperar

MODO DE PREPARO

Cozinhe o arroz de modo que fique soltinho.

Cozinhe a carne seca em panela de pressão por 30 minutos, depois de cozida corte em cubinhos.

Escalde a linguiça por 5 minutos e corte em cubos.

Corte a cenoura em cubinhos e a vagem em pedaços pequenos.

Corte a cebola o pimentão verde e amarelo e o tomate em pedaços pequenos e deixe dourar.

Lave e deixe a ervilha escorrer.

No fogo, refogue bem carne seca, acrescente a calabresa e deixe fritar.

Depois de fritos acrescente o azeite, a cebola e o alho até dourar, depois de dourar acrescente o pimentão, o tomate, a cenoura, a vagem,a ervilha, o orégano,a pimenta calabresa, suco de um limão e o sal.

Deixe refogar por 2 minutos e acrescente o arroz misture bem e por último acrescente a salsinha, deixe no fogo por mais 3 minutos sempre mexendo.Retire do fogo e sirva com uma salada verde e uma coca-cola geladinha.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/48564-arroz-carreteiro-mais-saudavel.html