PANACHÊ DELICIOSO

INGREDIENTES

2 cenouras grande

2 chuchu grande

1 abobrinha grande

200 gramas de vargem

1 c0ler de oregano

4 colheres azeite

1 tomate sem semente

1 cebola

1 pimentão

1 milho verde

1 ervilha

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela com água coloque os chuchus, cenoura, abobrinha e vagem para cozinhar, cortadas em cubos pequenos.

Depois de cozida escorra para tirar toda água, corte o tomate, pimentão e cebola em pequenos pedaços.

Coloque na panela, acrescente o azeite e orégano.

Deixe refogar um pouco, pegue os chuchus, cenoura, abobrinha e vagem coloque dento da panela, mexa levemente, por último coloque o milho verde e a ervilha.

Já está pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/48583-panache-delicioso.html