CARNE COM ABOBRINHA NO MICRO-ONDAS

INGREDIENTES

400 g carne (patinho)

200 g abobrinha picada

1 sazón laranja

Tempero (alho, sal , cebola, orégano, vinagre)

2 colheres de margarina

MODO DE PREPARO

Em uma travessa própria para micro-ondas colocar a carne e todo tempero.

Por cima de cada carne colocar um pouco de margarina. Levar ao micro-ondas por 5 minutos, virar e por mais 5 minutos. Fazer assim 2 vezes, e acrescentar a abobrinha picada e levar ao micro-ondas por mais 5 minutos, virar mexer bem e acrescentar 5 minutos e está pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/48745-carne-com-abobrinha-no-micro-ondas.html