RISOTO DE ARROZ INTEGRAL E FRANGO DESFIADO

INGREDIENTES

280 g de Arroz Integral Vapza

200 g de Peito de Frango Desfiado Vapza

4 colheres (sopa) de requeijão light

50 ml de água

1/2 cebola picada

1 dente de alho picado

1/2 pimentão vermelho picado

1/2 cenoura ralada

1/2 colher (chá) de caldo de galinha

1 colher (sopa) de azeite de oliva

Cheiro verde a gosto

Sal a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela, adicione azeite e refogue a cebola e o alho, em seguida adicione o pimentão, a cenoura, o frango e o caldo de galinha. Deixe refogar mais um pouco e coloque a água. Para o arroz integral, faça alguns furos no pacote com um garfo e comprima suavemente os grãos até que fiquem soltos. Aqueça no microondas por dois minutos. Cuidado, a embalagem estará quente. Abra o pacote e despeje o conteúdo junto ao refogado e em seguida adicione o requeijão e mexa bem. Finalize com o cheiro verde e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49764-risoto-de-arroz-integral-e-frango-desfiado.html