PICADINHO VEGETARIANO

INGREDIENTES

1 xícara de proteína de soja

5 ou 6 vagens

1 tomate

1/2 xícara de milho

cebola

alho

2 folhas de alface

1/2 pimentão

molho shoyu

MODO DE PREPARO

Inicialmente hidrate a proteína de soja com água mineral ou filtrada.

Pique o tomate e a cebola em cubos médios.

Amasse o alho.

Corte o pimentão em tiras.

Corte a alface bem fina.

Pique bem as vagens.

Em uma frigideira grande coloque óleo de soja e acrescente primeiro os vegetais mais duros e por fim o tomate e a alface, logo após acrescente a proteína de soja e o shoyu.

Cozinhe por 5 minutos e está pronto para servir.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/51288-picadinho-vegetariano.html