

CEVADINHA COM MIX DE LEGUMES

INGREDIENTES

- 2 xícaras de chá de cevadinha
- 2 files de peito cortado em cubos
- 1 cenoura cortada em tiras
- 1 punhado de folhas de espinafre
- 1 punhado de ervilha torta, cortadas ao meio
- Alho-poró, cortado à juliana
- 1/2 pimentão amarelo cortado em tiras
- 1 colher de sopa de óleo de canola
- 2 colheres de sopa de molho inglês
- 1 colher de sopa de shoyu

MODO DE PREPARO

Deixe a cevadinha de molho em água quente por algumas horas e cozinhe até ficar macia e reserve. (Pode cozinhar na pressão)

Em uma panela aqueça o óleo de canola e sele os cubos de frango.

Junte a cenoura, o pimentão e a ervilha torta. Acrescente o molho inglês e o shoyu. Por fim, acrescente o espinafre e o alho poró. Junte a cevadinha e pronto!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/51921-cevadinha-com-mix-de-legumes.html>