

VATAPÁ DE CENOURA

INGREDIENTES

- 4 cenouras grandes
- 1 xícara de trigo ou amido de milho
- 1 cebola picada
- 1 tomate picado
- Azeite de dendê a gosto
- 1 pitada de sal
- 1 vidro de leite de coco
- 1 maço de cheiro verde picado
- 2 xícaras de água

MODO DE PREPARO

Refogar os temperos com óleo ou manteiga. Depois colocar a cenoura crua passada no liquidificador, ou ralada.

Deixar ferver um pouco e colocar o trigo dissolvido com água.

Quando estiver um mingau acrescentar o leite de coco.

Retire do fogo e misture o azeite de dendê, mexa bem e despeje numa travessa.

Sirva-se.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/52176-vatapa-de-cenoura.html>