ARROZ INTEGRAL DIFERENTE

INGREDIENTES

1 xícara de arroz integral (deixe de molho de um dia para o outro)

1 colher de óleo

2 filés de peito de frango cortados em cubos

300 g de vagem

1 caldo de legumes

1/2 litro de água quente

1 cebola grande picada

2 dentes de alho amassado

1 pimentão picado

Cheiro verde picado

Sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela refogue a cebola com o alho até que fiquem dourados.

Em seguida coloque o frango e refoque pingando sempre água para que fique douradinho, corte a vagem em pedaços pequenos e refogue junto.

Quando tudo estiver bem refogado acrescente o arroz e refogue, dissolva o caldo de legumes na água e acrescente no arroz, cozinhe em fogo brando.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/54548-arroz-integral-diferente.html