

SHITAKE RECHEADO (VEGETARIANO)

INGREDIENTES

400 g de shitake
50 ml de vinho branco
sal e ajinomoto
1 pitada de pimenta do reino branca moída fresca
50 g salsinhas, cebolinhas
1 colher de café de cúrcuma
noz-moscada moída fresca pra polvilhar
1 caixa de creme de leite leve
1/2 cebola pequena cortada em pequenos cubos
2 dentes de alho amassados
1 colher de sopa de óleo de milho ou canola
30 g cenoura ralada
200 g de queijo em cubos de sua preferencia (sugiro ricota pra receita ficar menos calórica, e também que use ingredientes frescos principalmente os temperos)

MODO DE PREPARO

Em uma panelinha ou frigideira alta misture o óleo, a cebola e o alho, ligue o fogo no mínimo.
Adicione a cenoura e refogue bem, junte o creme de leite e o queijo continue mexendo até incorporar tudo.
Adicione o sal e o ajinomoto, a cúrcuma e a pimenta-do-reino.
Incorpore até virar um creme.
Desligue o fogo, adicione a salsinha e a cebolinha, incorpore e reserve.
Retire os cabinhos do shitake. Em uma frigideira coloque o vinho, 4 colheres (sopa) de água, e um pouco de sal.
Cozinhe por 5 minutos, acomode os shites em um refratário com a parte mais escura para baixo. Coloque o molho sobre o shitake, e polvilhe a noz-moscada e gergelim ou linhaça opcional. Leve ao forno ou ao microondas para dourar um pouquinho. Sirva quente

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/55018-shitake-recheado-vegetariano.html>