ARROZ DE BRAGA DO LAGO DO ABREU

INGREDIENTES

CARNES:

Carnes:1 kg de frango dê preferência a coxinha da asa (tulipa)

500 g de lombo defumado em pedaços

500 g de contra filé pedaços

500 g de costelinha defumada

b300 g de bacon pedaços

4 peças de linguiça portuguesa em rodelas de 1,5 cm

LEGUMES E HORTALIÇAS:

Legumes e hortaliças:2 pimentões, dê preferência ao amarelo e ao vermelho

Salsinha (a gosto)

Repolho (a gosto)

8 dentes de alho

6 xícaras de chá de arroz

MODO DE PREPARO

1ª ETAPA - COZIMENTO:

1ª etapa - cozimento:As carnes (frango, lombo defumado, contra filé) serão cozidas em primeiro lugar, lembrando que estes ingredientes devem ser cozidos em separado, acondicionando na água utilizada para o cozimento de cada um deles, 1 e ½ de vinho tinto seco, e como tempero ½ colher de café, de sal branco.

Reserve a água do cozimento de todas as carnes, pois, será usada quando for adicionado o arroz para a finalização do prato.

2ª ETAPA - REFOGA E FRITURA:

2ª etapa - refoga e fritura:Fritar e ou refogar os ingredientes tais como o alho, o pimentão e o repolho, utilizando azeite virgem, reservando-os em seguida.

FINALIZAÇÃO:

Finalização:Em uma panela (40 cm de diâmetro e 20 cm de altura) acrescente uma porção de óleo (sem colesterol) salada (de preferência) e inicie uma rápida fritura da lingüiça portuguesa, da costelinha e do bacon, acrescentando em seguida o arroz, dando a este também uma leve fritura, e ao depois os demais ingredientes adicionando a água que foi reservada, verificando sempre para não deixar secar de vez, pois o prato tem que ser servido bem

úmido.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/55354-arroz-de-braga-do-lago-do-abreu.html