PROTEÍNA DE SOJA RÁPIDA E DELICIOSA

INGREDIENTES

2 colheres de coentro picado

1 colher de manteiga

1/2 tomate médio picado

1 dente de alho picado

Água

Sal a gosto

Orégano a gosto

1/3 de tablete caldo de carne pronto

1 colher de manteiga ou margarina

2/3 de xícara de proteína de soja

MODO DE PREPARO

Ferva 2 xícaras de água e adicione a soja

Deixe cozinhar por 5 minutos e escorra a água

Junte todos os outros ingredientes à soja e adicione um pouco de água para cozinhar o tempero

Deixe a água secar e sirva quente

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/6563-proteina-de-soja-rapida-e-deliciosa.html