POLENTA DE MILHO VERDE

INGREDIENTES

5 espigas de milho verde

200 ml leite

8 ml azeite

2 dentes de alho

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Com uma faca separe os milhos das espigas

Separe em 3 partes iguais e reserve uma parte

Coloque no liquidificador as outras duas partes de milho, água e bata até que todos os grãos estejam triturados

Coe em uma peneira fina e reserve

Amasse o alho com um pouco de sal

Em uma panela aqueça o azeite, frite o alho e o milho reservado

Corrija o sal

Acrescente a mistura batida enquanto mexe, e só pare de mexer quando engrossar

Despeje em um refratário e sirva

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/9610-polenta-de-milho-verde.html