

SARAPATEL

INGREDIENTES

2 kg de sarapatel fresco cortado em cubos pequenos

2 tomates grandes cortados em cubos pequenos

2 pimentões grandes cortados em cubos pequenos

2 cebolas grandes cortadas em cubo pequenos

1 cabeça de alho grande machucada

1 porção de coentro picado

100 ml de óleo

1 colher de corante ou colorau

cominho e sal a gosto

2 limões (suco)

MODO DE PREPARO

Deixe o sarapatel de molho em 5 litros de água com o suco dos limões por 15 minutos

Depois lave com água corrente

Leve todos os temperos pra dourar com o óleo

Depois de refogador, acrescente o sarapatel e deixe refogar por 10 minutos

Cubra com 2 litros de água, tampe e deixe cozinar até reduzir a água

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/9702-sarapatel.html>