

Receita

Título: Cogumelos estufados com legumes, acompanhados de arroz de berbigão

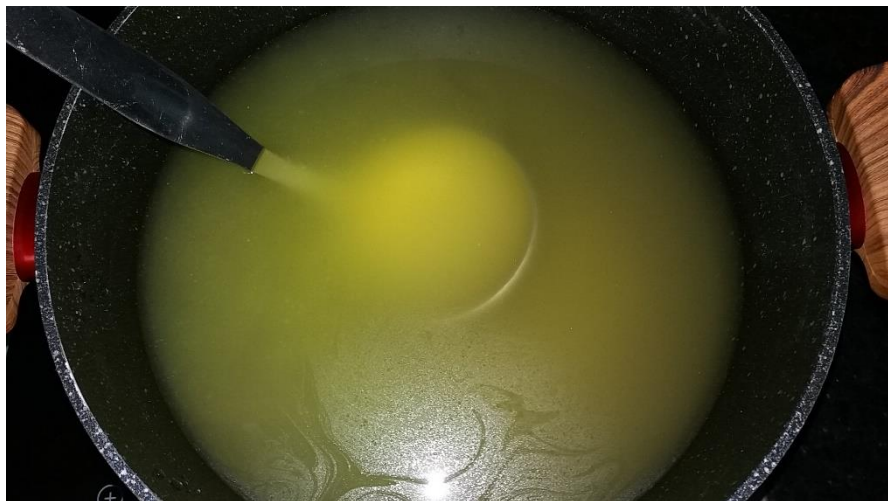
Ingredientes:

- 1 Caixa de cogumelos
- 1 Cebola grande
- 3 Cabeças de alhos
- Sal
- Caldo de legumes previamente preparado a partir do desperdício de cascas de legumes
- 1 dl de Azeite
- 2 Cenouras
- 1 Pé grande de brócolos
- Arroz de berbigão sobranete de outra refeição

Procedimentos:

- Pique a cebola e o alho para dentro de uma caçarola, com azeite.
- Leve a lume brando até a cebola ficar transparente.
- Coloque os cogumelos previamente arranjados e cortados aos bocados dentro da caçarola e deixe-os cozinhar em lume brando.
- Coloque dentro do preparado um copo de caldo de legumes.
- Tape com uma tampa e deixe cozinhar.
- Acrescente ao preparado os legumes arranjados e cortados e deixe-os cozinhar em lume brando e com tampa para estufar.
- Sirva com arroz branco ou reaproveite outro arroz que possa ter sobrado de outras refeições, neste caso será arroz de berbigão.

Imagens da receita concluída



Caldo de legumes



Cogumelos estufados com legumes e arroz de berbigão