



Arroz frito con brócoli



Categoría
Vegetariano



Tempo de preparação
Rápido



Dificuldade
Fácil



Custo
Econômico



Com quem?
Con la familia



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

 50ml de Gallo Subtil

- 240g de arroz aguja
- 200g de brócolis congelados
- 1 caldo de verduras
- Cantidad necessária de dientes de ajo

Modo de preparação

1

Comience por calentar el caldo de verduras y, cuando hervir, cocer el arroz (aproximadamente de 12 minutos).

2

Caliente el aceite de oliva y luego junte los dientes de ajo laminados para freír.

3

Junte los brócolis cortados em trozos pequeños y saltéelos.

4

Junte el arroz y saltee todo junto, hasta que los brócolis estén prácticamente deshechos.

Produtos utilizados



Subtil

Aceite de Oliva

Veja também

Quinoa com abóbora, espinafres e romã

 Vegetariano  Médio  Fácil

Pizza de cogumelos e trufas

 Vegetariano  Médio  Fácil

Tofu picante com alga nori

 Vegetariano  Médio  Fácil

Falafel

 Vegetariano  Médio  Fácil

Hummus com azeitonas e queijo de cabra



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide