Arroz de forno gratinado


100%
NATURAL
NÃO PRECISA LAV
NEM ESCOLHER
Solito

Tempo de prepado:	Rendimento:	Tipo:	Nível:
		Receitas Leves	Fácil

Ingredientes

3 xícaras (chá) de arroz integral Solito cozido

1 xícara (chá) de peito de frango cozido e desfiado
1 abobrinha
1 xícara (chá) de queijo parmesão ralado
1 colher (sopa) de azeite
Noz-moscada ralada na hora, a gosto
Sal a gosto

Modo de preparo

? Lave, seque e pique a abobrinha em meia lua. Em uma frigideira quente, sele dos dois lados até dourarem.

? Em um refratário grande, misture o arroz integral já cozido, o frango desfiado e temperado com as abobrinhas grelhadas.

? Salpique queijo parmesão ralado e regue com azeite.

? Finalize com tomate cereja e leve ao forno, pré-aquecido, por 10 minutos.

Veja mais receitas:
www.solito.com.br