



Canoa de Abobrinha com a Arroz Carreiteiro

Tempo de preparo:

45 min

Rendimento:

2 porções

Tipo:

Pratos quentes

Nível:

Médio

Ingredientes

1 xícara (chá) de Arroz Premium Solito Cozido

½ xícara de carne seca dessalgada e cozida

Sal, pimenta-do-reino, cheiro-verde a gosto

½ xícara de linguiça defumada picadinha

100g de queijo parmesão ralado

½ tomate picado em cubinhos

1 dente de alho picado

½ cebola picadinha

1 abobrinha grande

Modo de preparo

1. Esquente a panela, coloque um fio de azeite e adicione dois dentes de alho para refogar.
2. Acrescente a carne seca, a linguiça e deixe fritar.
3. Coloque uma parte da cebola para fritar, depois acrescente o arroz pronto e o tomate picado.
4. Adicione o resto da cebola, um pouco do queijo e tempere com sal, pimenta-do-reino e cheiro-verde e misture bem.
5. Deixe refogar por pouco tempo.
6. Corte a abobrinha no meio e tire o miolo.
7. Recheie a abobrinha com a mistura, cubra com queijo e leve ao forno por até 15 minutos.

Veja mais receitas:

www.solito.com.br