



Feijoada Light com Arroz de Banana | Solito

#4

Tempo de preparo:

45 minutos

Rendimento:

5 porções

Tipo:

Comidas de Inverno

Nível:

Fácil

Ingredientes

4 xícaras de Feijão Preto Solito cozido;

2 cebolas picadas;

500 g de bacon picado;

1 kg de costelinha de porco;

4 paos em rodela;

5 dentes de alho;

¼ de abóbora cabotiá;

300 g de cheiro-verde;

210 ml de azeite;

2 folhas de louro;

3 xícaras de Arroz Branco Solito;

16 xícaras de água;

4 bananas-da-terra;

400 g de Farofa Premium Solito.

Modo de preparo

Modo de preparo das abóboras:

Corte a abóbora cabotiá com 3 cm de espessura e coloque em uma assadeira com azeite e sal. Leve ao forno para assar a 240 °C por 15 minutos.

Modo de preparo da Feijoada:

Cozinhe o Feijão Preto Solito. Em uma panela quente, adicione o azeite e frite a costelinha de porco. Quando a costelinha estiver bem dourada, acrescente o paio. Refogue bem. Acrescente o alho picado, metade do cheiro-verde, mexa bem, acrescente o feijão preto cozido e 8 xícaras de água. Deixe apurar por 40 minutos. Sirva com Farofa Premium Solito.

Modo de preparo do Arroz:

Toste a banana no azeite e reserve. Refogue o alho no azeite, acrescente o arroz, as 8 xícaras de água e deixe cozinhar. Quando o arroz estiver pronto, misture a banana e a outra metade cheiro-verde. Retire as abóboras do forno e sirva.

Tempo de preparo: 45 min.

Porções: 5

Valor total da receita: R\$ 43,00

Veja mais receitas:

www.solito.com.br