

# REFOGADO DE ABOBRINHA COM REPOLHO

## INGREDIENTES

1 abobrinha média  
1/2 repolho  
1 cenoura  
Molho inglês  
Óleo de gergelim  
Pimenta síria  
Azeite de oliva  
Sal  
1 tomate maduro  
1 pimentão verde  
Açafrão  
Páprica picante  
Tempero para vegetais  
Lemon Pepper

## MODO DE PREPARO

Corte o repolho bem fino, os tomates e a abobrinha em cubos e o pimentão em tiras

Leve o repolho e a abobrinha ao fogo baixo para refogar, acrescentando o tomate e o pimentão com três colheres (sopa) de óleo de gergelim e a mesma quantidade de molho inglês

Adicione também 1 colher (chá) de Lemon Pepper, azeite de oliva, tempero para vegetais, páprica picante, açafrão e pimenta síria a gosto

Quando estiver refogado, adicione a cenoura ralada

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/4205-refogado-de-abobrinha-com-repolho.html>