

CARNE DE SOJA

INGREDIENTES

1 xícara de proteína texturizada de soja
2 colheres (sopa) de molho barbecue
1 colher (sopa) de cebola picada
1 colher (sopa) de mostarda (opcional)
1 colher (sopa) de pimentão verde picado
Temperos variados a gosto
Sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

Refogue a cebola e o pimentão até dourar
Acrescente a proteína de soja hidratada, o barbecue e a mostarda e mexa bem
Acrescente os temperos que gosta, o sal e a pimenta
Mexe por mais alguns minutos e desligue o fogo

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/4353-carne-de-soja.html>