

# 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

Mexa 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>