

# MARIA ISABEL DE CARNE DE SOL

## INGREDIENTES

1 kg arroz  
500 g carne de sol  
1/2 copo de óleo de soja ou banha de coco  
2 cebola grande picada  
1 pimentão grande picado  
2 pimentas de cheiro sem semente  
4 colheres de cebolinha picada  
2 colheres de corante  
1 colher de pimenta-do-reino  
10 dentes de alho  
2 colheres de sal  
12 copos de água quente

## MODO DE PREPARO

Corte a carne em pedaços pequenos  
Aqueça a panela e coloque a carne  
Quando a carne começar assar coloque o óleo  
Deixe a carne ficar bem torradinha  
Coloque o alho, a cebola, a pimenta  
Deixe refogar por 5 minutos e mexa ao poucos  
Adicione o arroz ( já lavado) e refogue bem  
Coloque a água quente e o sal  
Mexe bem o arroz e deixe cozinhar em fogo alto  
Quando o arroz começar a secar, baixe o fogo e tampe a panela  
Depois de 20 minutos, mexa o arroz e coloque a cebolinha  
Sirva quente e bom apetite

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/7780-maria-isabel-de-carne-de-sol.html>