

PAPINHA DE LEGUMES

INGREDIENTES

1 pedaço de mandioca cozida
2 pedaços pequenos de brócolis
1 colher rasa (sopa) de cebola picada
50 g de carne moída/frango
1/2 cenoura cozida

MODO DE PREPARO

Em um recipiente rale a mandioca bem fininha, a cenoura e o brócolis; reserve

Refogar a cebola em fiozinho de óleo

Frite a carne

Em uma panela funda adicionar 2 xícaras de água e todos os ingredientes (se ficar grosso, pode adicionar água aos poucos)

Cozinhe com a tampa fechada por 5 minutos

Após, desligue o fogo, espere esfriar e sirva pro seu bebê

Pode congelar as porções por ate 3 dias

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/9836-papinha-de-legumes.html>