



# Feijoada de Legumes

ADAPTADO DE: O PRATO CERTO. RECEITAS E DICAS PARA COMER BEM E POUPAR, 2018

## Ingredientes:

RECEITA PARA 6 PESSOAS

- 800g de feijão encarnado
- 400g de cenoura
- 200g de batata
- 400g de brócolos
- 100g de cebola
- 20g de alho
- 200g de tomate
- 30g de salsa
- 30ml de azeite
- Sal e cominhos q.b.
- Água q.b.

## Preparação:

- Num tacho junte o azeite, a cebola, o alho e o tomate picado. Envolve durante 2/3min em lume brando.
- Adicione a batata e os restantes legumes cortados.
- Envolve bem e junte água até cobrir. Retifique os temperos de sal e cominhos.
- Assim que ferver, junte o feijão pré-cozinhado. Depois, metade da quantidade de salsa picada.
- Deixe apurar durante 10min e desligue o fogão.
- Adicione ao preparado um fio de azeite e a restante salsa picada. Deixe repousar no tacho tapado 30min.

# Feijoada de Legumes



1



2



3



4



5



6