ESTROGONOFE VEGANO

INGREDIENTES

1 xícara de aveia

2 xícaras de água morna

1 fio de azeite

1/2 cebola picada

4 dentes de alho picado

300 g de palmito pupunha picado

100 g de cogumelos champignon fatiados

1 xícara de molho de tomate

2 colheres (sopa) de mostarda

1/2 xícara de salsinha

tomilho fresco a gosto

alecrim fresco a gosto

1/2 xícara de água

sal a gosto

pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma tigela, misture a aveia com a água morna

Deixe de molho por 30 minutos

Em seguida, bata no liquidificador e reserve

Em uma frigideira, esquente 1 fio de azeite e refogue a cebola e o alho

Acrescente o palmito, os cogumelos, o molho de tomate, a mostarda e o creme de aveia reservado

Mexa bem e acrescente a salsinha, o tomilho e o alecrim fresco

Adicione a água e tempere com sal e pimenta

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitafacilrapida.com.br/receita/7311-estrogonofe-vegano.html