

PROTEÍNA DE SOJA RÁPIDA E DELICIOSA

INGREDIENTES

2 colheres de coentro picado
1 colher de manteiga
1/2 tomate médio picado
1 dente de alho picado
Água
Sal a gosto
Orégano a gosto
1/3 de tablete caldo de carne pronto
1 colher de manteiga ou margarina
2/3 de xícara de proteína de soja

MODO DE PREPARO

Ferva 2 xícaras de água e adicione a soja
Deixe cozinhar por 5 minutos e escorra a água
Junte todos os outros ingredientes à soja e adicione um pouco de água para cozinhar o tempero
Deixe a água secar e sirva quente

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitaecozinha.com.br/receita/6563-proteina-de-soja-rapida-e-deliciosa.html>