

MACARRÃO COM VEGETAIS

INGREDIENTES

1 abobrinha
1 berinjela média
1 pimentão de cada cor
10 vagens cortadas em fatias diagonais
flores de 1/2 couve-flor
flores de 1/2 brócolis
3 tomates cortados em cubos
8 pimentas doces (chapéu de frade) cortadas em 4
azeite
sal a gosto
pimenta do reino a gosto
alecrim a gosto
orégano a gosto
1 maço de cheiro verde picado
2 folhas de louro
1 cabeça de alho
2 cebolas grandes
500 g de espaguete nº8
curry a gosto (opcional)
queijo ralado a gosto

MODO DE PREPARO

Corte todos os legumes em cubinhos, exceto o brócolis é a couve

Em uma forma retangular e funda, tempere todos esses vegetais com os condimentos incluindo as ervas

O alho deve ser triturado naquele espremedor que a gente conhece

Regue

Misture bem

Enquanto os vegetais estiverem no forno, cozinhe o macarrão em água, sal e óleo para não grudar

Após o cozimento do macarrão, adicione a ele o quanto baste de queijo ralado e junte os legumes já prontos retirados do forno

Sirva quente

Dicas

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/4094-macarrao-com-vegetais.html>