



FEIJÃO

CATEGORIA ACOMPANHAMENTO	RESPONSÁVEL Schaiane	TEMPO TOTAL 60 min	RENDIMENTO 3,08 kg
VALIDADE / ARMAZENAMENTO Refrigerado (0 °C a 4 °C) — 1 dia			

INGREDIENTES E QUANTIDADES

Item	Tipo	Qtd Líquida	FC	Qtd Bruta	Un.
MP FEIJÃO PRETO	ingrediente	1	1	1	kg
MP SAL FINO	ingrediente	30	1	30	g
MP ALHO	ingrediente	20	1	20	g
MP OLEO DE SOJA	ingrediente	80	1	80	mL

MODO DE PREPARO

- 1 Selecionar o feijão, retirando possíveis sujidades e grãos impróprios.
- 2 Lavar os grãos em água corrente.
- 3 Colocar o feijão em panela adequada, adicionar água e cozinhar até que os grãos estejam macios.
- 4 Em outra panela, aquecer o óleo e refogar o alho até dourar levemente.
- 5 Adicionar o refogado ao feijão cozido e misturar bem.
- 6 Acrescentar o sal e ajustar o tempero.
- 7 Manter em cocção até o caldo atingir a consistência desejada.

