

Feijão-verde cozido com tomate



VOLTZ
MARAÍCHAGE

MATILDA



Ingredientes

(receita para 4 pessoas)

400 g de feijão MATILDA

2 pimentos doces e pimentões vermelhos

2 cebolas

2 dentes de alho

1 kg de tomate (ou polpa de tomate)

Azeite, sal e pimenta

Instruções

- Comece por cortar as caudas e caules dos feijões. Em seguida, cozer os feijões numa panela de água a ferver durante 20 minutos (ou até estarem tenros).
- Verter um pouco de azeite numa panela grande e fritar as cebolas picadas e os alhos picados.
- Cortar os dois pimentos vermelhos em tiras e adicionar à frigideira.
- Corte os tomates cortados em quartos e deite-os na frigideira. Deixar cozinhar durante cerca de vinte minutos em lume brando.
- Finalmente adicionar o feijão cozido. Deixar cozer durante cerca de 5-10 minutos.
- Acrescentar um pouco de Tabasco. Tempere com sal e pimenta. Pode-se adicionar algumas ervas frescas antes de servir. Servir acompanhado de arroz.