



PONTO VERDE COMÉRCIO DE PRODUTOS NATURAIS LTDA.

Rua do Estilo Barroco, 442 – Santo Amaro – 04709-011 – São Paulo – SP
www.lojapontoverde.com.br - Tel.: (11) 5182-5161

Folha de Mostarda com Abobrinha Italiana

Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) abobrinha italiana picada
- 4 xícaras (chá) de folha de mostarda picada
- 1/2 xícara (chá) de coentro
- 4 colheres (sopa) de shoyu
- 4 colheres (sopa) de azeite de oliva

Modo de preparo:

- Esquentar o azeite de oliva e refogar o coentro.
- Colocar os demais ingredientes e misturá-los muito bem com uma colher de pau.
- Tampar a panela e deixá-la em fogo brando por 15 minutos, ou até tudo estar macio.
- Provar o sal antes de servir a abobrinha.