

Fajitas Vegetarianas



Ingredientes: 2 unidade de cebola
2 unidade de pimento vermelho
2 unidade de courgette
0 unidade de azeite
1 colher de sopa de sumo de limão
1 colher de sopa de molho de soja
0 grama de sal e pimenta
12 unidade de crepes de milho
200 grama de brócolos partidos

Instruções de preparação:

Corte em juliana as cebolas e os pimentos vermelhos, retire a casca das courgettes e das berinjelas. Numa frigideira quente com azeite, refogue as cebolas com os pimentos. De seguida, acrescente os brócolos e refogue. Acrescente a casca das courgettes e das berinjelas. Tempere com o sumo de limão e o molho de soja. Cozinhe mais uns minutos e tempere de sal e pimenta. Aqueça os crepes na frigideira, sem nenhum tipo de gordura, dos dois lados. Sirva uma porção do refogado em cada tortilha e feche.

Sugestões Adicionais: