



with an even quicker version using creamy butter beans instead of pasta. In Italy, turnips are mostly grown for their flavorsome green tops, rather than their crisp roots as in northern Europe. Therefore, if you are lucky enough to find a bunch of cime di rapa or some turnips with their tops, use those here; otherwise, any combination of leafy green and/or brassica will do.

## Feijão com salsicha e brócolis

Replacing the pasta with creamy beans makes this even easier and quicker to make than the original, not least because it's all done in only one pan. I did a quick search online to see if anyone had had a similar idea before, and it turns out that my friends at Bold Beans had already pipped me to the post once again.

Serve para **2** pessoas

**400g cime di rapa** (folhas de nabo), ou uma combinação de brócolis roxo ou brócolis Tenderstem e alguns verde folhas (ex. kale, beringela, espinafre)

**1** salsicha cozida

1 colher de sopa de gordura de porco ou azeite de oliva

**700g frasco de feijão**

¼ limão

Pimenta chili , opcional

**Queijo ralado** (pecorino, parmesão, cheddar), opcional

**Azeite de oliva extra-virgem** , opcional

Prepare as folhas de nabo (ou brócolis roxo ou Tenderstem e folhas verdes) cortando-as e retirando as folhas e finamente cortando quaisquer ped pedunculos mais duros. Desfazer a salsicha cozida bolao boa esporte sga bet pedaços. Coloque uma colher de sopa de gordura de porco ou azeite de oliva bolao boa esporte sga bet uma frigideira bolao boa esporte sga bet fogo médio-alto, refogue a salsicha, mexendo, por um minuto, então misture os feijões com seu líquido. Adicione as folhas, o sumo e a casca de limão, e opcionalmente uma pitada de pimenta chili, ao gosto. Cobre a frigideira, leve a mesma a ferver, reduza o fogo para baixo e cozinhe a baixa temperatura por 10 minutos, até as folhas ficarem muito macias - mexa ocasionalmente, e adicione água, se necessário, para impedir que os feijões se pegue. Tempere a gosto e sirva coberto com queijo ralado de bolao boa esporte sga bet escolha (pecorino, parmesão ou cheddar, por exemplo) e opcionalmente um jato de azeite de oliva extra-virgem.

---

Author: mka.arq.br

Subject: bolao boa esporte sga bet

Keywords: bolao boa esporte sga bet

Update: 2024/8/3 15:47:48