

# Repolho Recheado

O **Repolho Recheado** é uma receita deliciosa e saudável para a refeição da sua família.

Experimente!



## INGREDIENTES

- 1 repolho médio
- 500g de carne moída
- 2 latas de molho de sua preferência
- 3 colheres de sopa de farinha de trigo
- temperos a gosto
- queijo parmesão ralado a gosto

## COMO FAZER REPOLHO RECHEADO

### Modo de Preparo

1. Cozinhe o repolho em água fervente por 5 minutos para facilitar a retirada do miolo.
2. Faça uma espécie de ninho retirando a parte de dentro do repolho, deixando cerca de 2cm de espessura para não quebrar.
3. Refogue a carne moída com os temperos a gosto.
4. Acrescente a farinha de trigo para engrossar o molho da carne e mexa até que a farinha tenha desaparecido na carne.
5. Recheie o repolho com a carne e cubra com o queijo parmesão ralado.
6. Feche a tampa com 2 folhas cozidas do repolho, passe um barbante nele todo e coloque em uma panela com o molho escolhido.
7. Deixe cozinhar em fogo baixo até que o repolho fique macio.
8. Retire do fogo e sirva.

*Receita e fotos de Cris Tahan do [Grupo de Receitas](#) no Facebook.*

<http://receitatodahora.com.br/repolho-recheado/>



São Paulo, SP, 30 Abril de 2017

Mkmouse