

# j galera

<div>

<h2>j galera</h2>

<p>&#201; um prato que consistej galeraj galera hum molde de ovos com carn e ou preto, Que &#233; subseqentee Misturado Com Arroz e Vegetais. O lay ao favo rito por uma pessoa para viver feliz!</p>

<h3>j galera</h3>

<p>A palavra &quot;lay&quot; significa a palavraj galeraj galera chin&#234

s, e o nome de um lugar &#233; uma cultura japonesa.</p>

<h3>Ingredientes do Lay Ao Favorito</h3>

<p>Os ingredientes mais comuns n&#227;o s&#227;o permitidos ao favorito in

cluem:</p>

<ul>

<li>Ovos</li>

<li>Carne de porco ou franc&#234;s</li>

<li>Arroz</li>

<li>Vegetais (p. ex, cebolas e alho)</li>

<li>Molho de soja</li>

<li>Molho de ovos</li>

<li>Azeites</li>

<li>Sal e pimenta</li>

</ul>

<h3>Modo de Prepara&#231;&#227;o do Lay Ao Favorito</h3>

<p>Para preparar um delicioso leigo ao favorito, siga os passes abaixo:<

</p>

<ol>

<li>Venha bater os ovosj galeraj galera um tacho. Adcione a cebola picada,

alho Picado e bata-doce raladas and carne de porco ou frango Cortada in pequeno

s pede&#231;os Misture bem...</li>

<li>Adicione o arroz e misture novamente.</li>

<li>Pour o molho de soja eo modo dos ovos misturadosj galeraj galera um ta

cho separado. Adicione azeite, sale and pimenta ao gosto Misture bem!</li>

<li>Pour o molho de soja eo modo dos ovos misturados na mesma frigideira o

nde voc&#234; batido os ovo. Mistura bem</li>

<li>Cubra a frigideira e deixe ferverj galeraj galera nevoeiro m&#233;dio

por cerca 10 minutos ou o arroz esteja cozido.</li>

<li>Aposentar-se a frigideira do nevoeiro e dos vegetais. Mistura entre ar

refecedor por alguns minutos</li>

<li>Sirva quente e desfrute!</li>

</ol>

<h3>Varia&#231;&#245;es do Lay Ao Favorito</h3>

<p>Existem varias formas de prepara&#231;&#227;o o lay ao favorito, depend

endo das prefer&#234;ncias e ingredientes dispon&#237;veis. Algumas variedades p

opulares include:</p>

<ul>

<li>Lay ao favorito com carne de frango: use peitos do direitoj galeraj ga

lera lugar da carne porco.</li>

<li>Lay ao favorito com leguminosas: adicione legumes como cousve-flor, ab

abrinha ou br&#234;colis </li>