



RECEITA



TORTA DE LEGUMES DE LIQUIDIFICADOR SEM LEITE E SEM OVOS

Sandra Couto



MASSA

INGREDIENTES

- 1/2 xícara de óleo
- 2 xícaras de água
- 1 colher de chá de sal
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento químico

RECHEIO

INGREDIENTES

- 1 cebola picadinha
- 2 dentes de alho picados
- 1 xícara de cenoura em cubos
- 1 xícara de ervilha
- 1 xícara de tomate picado em cubos
- 1 xícara de milho
- 1/2 xícara de cebolinha picada
- Sal a gosto

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela, refogue a cebola e o alho até ficarem dourados.
2. Adicione a cenoura, a ervilha, o tomate e o milho. Cozinhe por alguns minutos, mexendo ocasionalmente.
3. Acrescente a cebolinha e o sal a gosto. Reserve.
4. No liquidificador, bata o óleo, a água e o sal.
5. Adicione a farinha de trigo e bata até obter uma massa homogênea.
6. Acrescente o fermento químico e misture delicadamente.
7. Em uma forma untada, despeje metade da massa, distribua o recheio por cima e cubra com o restante da massa.
8. Asse em forno pré-aquecido a 180°C por cerca de 30 minutos ou até dourar.

PARA MAIS RECEITAS:



ACESSE NOSSO SITE

**ENTRE NO NOSSO GRUPO NO
WHATSAPP**