

EMPADÃO VEGANO

INGREDIENTES

MASSA

240 g de palmito pupunha
150 g de vagem bem picadinha
1 lata de seleta de legumes
50 g de azeitona preta fatiada
100 g de cebola
30 ml de azeite
2 g de orégano
120 ml de água
1 colher (sopa) de amido de milho
sal a gosto
pimenta-do-reino a gosto
Massa: 1 caixinha de grão-de-bico
20 ml de azeite
sal a gosto
3 g de cúrcuma
150 g de farinha de arroz
60 ml de água

MODO DE PREPARO

Para o recheio, refogue a cebola com azeite
Acrescente o palmito, a vagem, a cenoura e o orégano; cozinhe com a água até que fique ao dente
Coloque o amido de milho dissolvido em um pouco de água, mexendo sempre até incorporar no recheio
Acrescente a azeitona e desligue o fogo
No processador, coloque o grão
Na tigela com a farinha de arroz, adicione a mistura e mexa com a ajuda das mãos até formar uma massa firme
Forre o fundo de pequenos recipientes com parte da massa
Coloque o recheio
Cubra com uma outra parte da massa
Leve forno preaquecido a 180

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/10472-empadao-vegano.html>