

PANQUECAS DE CURGETE /ABOBRINHA

INGREDIENTES

- 1 curgete/abobrinha em rodela muito fina
- 5 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
- 4 a 5 pedaços de tomate seco em pedaços
- 1 pimento em conserva, cortado em tiras ou cubinhos
- 1 colher (sopa) de cebola moída
- 3 ovos
- 150 g de farinha (50 g foi de farinha integral)
- 200 ml de leite
- 40 ml de óleo (eu usei o óleo da conserva de tomate seco)
- 2 colheres (chá) de fermento em pó
- 1/2 colher (chá) de bicarbonato

MODO DE PREPARO

Adicione para uma tigela ou pirex, as gemas, o leite, o óleo da conserva de tomate seco, o sal, a cebola moída e o queijo ralado e misture.

Junte a farinha peneirada com o fermento e o bicarbonato e continue mexendo, até ficar tudo bem envolvido.

Entretanto, bata as claras em castelo. Misture as rodela de abobrinha/curgete, o pimento e o tomate seco em pedaços, envolvendo delicadamente na mistura, assim como as claras.

Frite colheradas de massa numa frigideira com óleo quente, virando até que estejam douradas de ambos os lados.

Retire e coloque-as sobre papel absorvente de cozinha, para retirar o excesso de gordura.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13495-panquecas-de-curgete-abobrinha.html>