PANQUECAS DE CURGETE /ABOBRINHA

INGREDIENTES

1 curgete/abobrinha em rodelas muito finas

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 rodelas de abobribha/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