PASTEL DE FORNO COM RECHEIO DE SOJA

INGREDIENTES

MASSA

4 xícaras (chá) de farinha de trigo

1/2 colher (sopa) de sal

1 colher (sopa) de fermento em pó

1 caixa de creme de leite

7 colheres (sopa) de margarina

RECHEIO

1 xícara (chá) de proteína de soja

2 dentes de alho amassados

1 cebola média picada

1 tomate médio picado

Pimentão opcional a gosto

1 cubo de caldo de galinha ou 1 sachê (sabor de sua preferência)

coentro à gosto

3 colheres (sopa) óleo

cominho e orégano a gosto (opcional)

azeitonas picadas (opcional)

1 copo de requeijão cremoso (opcional)

1 gema

MODO DE PREPARO

Em uma panela coloque a proteína de soja e acrescente 3 xícaras de água e leve ao fogo por 3 min após a fervura.

Dica: para tirar o gosto forte da soja, deixe de molho por uns 20 min na água com vinagre

Depois de fervida, escorra e lave em água corrente, esprema bem para retirar o excesso de água.

Em outra panela aqueça o óleo e refogue a cebola, pimentão, alho, tomate e o caldo de galinha.

Acrescente a proteína de soja, azeitona, cominho e orégano.

Cozinhe por 5 min. Misture o tempero verde e o requeijão cremoso e reserve.

Misture em uma vasilha a farinha de trigo, o sal, o fermento. Acrescente o creme de leite e a margarina e amasse até obter uma massa que não grude na mão.

Abra a massa com um rolo e corte em círculos. Coloque o recheio e feche a massa, apertando as bordas com um garfo. Pincele com a gema e leve para assar em assadeira untada e enfarinhada, em forno pré aquecido à 180° C por 30 minutos ou até dourar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13503-pastel-de-forno-com-recheio-de-soja.html