

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>