

BOLO SALGADO DE TRIGO INTEGRAL E AVEIA

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:1 xícara de trigo integral
1 e 1/2 xícara de aveia
1 colher (sopa) de farinha de arroz
1 colher (sopa) de fermento
3 ovos
300 ml de leite
3 colheres (sopa) de margarina

RECHEIO:

Recheio:1 lata de milho verde
1 lata de ervilha
1 caixa de creme de leite
300 g de filé de peito de frango
2 colheres (sopa) de azeite
1 cebola
2 dentes de alho
1 tomate
pimentão vermelho e amarelo a gosto

MODO DE PREPARO

RECHEIO:

Recheio:Frite a cebola e o alho, depois acrescente o tomate e os pimentões até eles murcharem.
Em seguida, adicione o frango cortado em cubos bem pequenos e abafe até cozinhar.
Se necessário, dê uma leve desfiada no frango.
Acrecente o milho, a ervilha e o creme de leite e reserve.

MASSA:

Massa:No liquidificador, bata os ovos, a margarina e o leite.
Em seguida, acrecente o trigo, a aveia e a farinha de arroz, bata bastante e acrecente o fermento.

MONTAGEM:

Montagem: Coloque metade da massa em uma travessa, acrescente o recheio e despeje a outra metade da massa. Leve para assar até que, ao espetar um palito, o mesmo saia limpo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14565-bolo-salgado-de-trigo-integral-e-aveia.html>