

## MOLHO BRANCO (SEM LACTOSE)

### INGREDIENTES

1 cebola média

1 caldo de legumes

200 g de espinafre ou brócolis

250 g de cottage sem lactose (1 pote)

250 g de frescatino sem lactose (1 pote)

100 ml de leite sem lactose (1/2 copo)

1 colher (sopa) de farinha de trigo

300 g de tomate cereja

### MODO DE PREPARO

Pique a cebola bem pequena e coloque para fritar até caramelizar.

Adicione o caldo de legumes.

Em seguida, pique o espinafre (ou brócolis) e adicione à panela, acompanhando até que fique pronto.

Adicione o queijo cottage, em seguida pique o queijo frescatino em cubinhos e adicione à panela.

Dilua a farinha no leite colocando-a em um copo e adicionando o leite aos poucos.

Pique os tomates e adicione à panela.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15865-molho-branco-sem-lactose.html>