

# QUICHE DE IOGURTE

## INGREDIENTES

### MASSA

300 g de farinha de trigo  
150 g de manteiga sem sal  
125 ml de iogurte natural  
1 gema  
5 g sal

### RECHEIO

3 ovos inteiros  
500 ml de iogurte natural  
200 g de queijo prato  
200 g de presunto  
5 g de açúcar  
5 g de sal

### COBERTURA

100 g de queijo parmesão

## MODO DE PREPARO

### MASSA

Coloque a manteiga na geladeira e, quando estiver gelada, corte em pedaços.  
Bata a farinha de trigo, a manteiga em pedaços, o iogurte, a gema e o sal.  
Envolva em papel filme e coloque na geladeira por 20 minutos.

### RECHEIO

Bata o ovo à mão.  
Rale o queijo prato.  
Corte o presunto em pedaços pequenos e finos.  
Misture todos os ingredientes do recheio e reserve.  
Forre 12 formas de 9 cm com a massa ou uma forma de 20 cm.

Coloque uma camada de recheio e salpique o queijo parmesão por cima.

Leve ao forno por 30 minutos à temperatura de 200°C.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16001-quiche-de-iogurte.html>