

## ALMÔNDEGA FIT

### INGREDIENTES

1 kg de carne moída de patinho

1 ovo

2 colheres (sopa) cheias de farinha de aveia

Temperos a gosto

Sal a gosto

### MODO DE PREPARO

Em um recipiente, misture a carne moída, o ovo, a farinha de aveia, os temperos e o sal até ficar homogêneo.

Em seguida, faça bolinhas com a mão.

Leve ao forno médio preaquecido por aproximadamente 20 minutos (pode variar de acordo com a potência de cada forno).

Sirva e bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/16964-almondega-fit.html>