

# PANQUECA CHEF BOOK

## INGREDIENTES

1 xícara de farinha de trigo integral

1 xícara de leite desnatado

2 ovos

1 sachê de tempero vermelho

tempero verde (salsa)

4 colheres (sopa) de azeite de oliva

2 colheres (chá) de tempero completo

## MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes líquidos, o tempero completo e um punhado de tempero completo no liquidificador.

Quando estiver homogêneo, acrescente a farinha aos poucos e bata por mais 1 minuto.

Coloque um fio de óleo em uma frigideira média e leve ao fogo médio.

Pegue uma concha da massa e despeje na frigideira.

Espalhe virando a frigideira para que fique uma massa fina e espalhada por completo.

Quando um lado estiver dourado, vire e doure o outro.

Sirva com qualquer molho e recheio seco para não escorrer.

Sirva acompanhada de salada de alface e agrião e bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/17505-panqueca-chef-book.html>