

SHAKSHUKA OU MOQUECA DE OVO (VERSAO LOW CARB)

INGREDIENTES

- 1 colher de azeite ou manteiga ghee
- 1/2 cebola picado
- 1 dente de alho picado
- 1/2 pimentão picado
- 1 tomate picado
- 1 xícara de molho de tomate caseiro (o industrial não serve, pois tem açúcar)
- 4 ovos
- 1 pitada de coentro
- sal, e temperos a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma frigideira grande, doure o alho e as cebolas.

Adicione o pimentão, o tomate e deixe ferver. Acrescente o molho de tomate e deixe encorpar.

Faça "buracos" molho com a colher, e vá adicionando os ovos rapidamente (separados cada um num buraco).

Tampe a frigideira, e baixe o fogo.

Tempere, veja se os ovos estão no ponto de seu gosto e desligue.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18298-shakshuka-ou-moqueca-de-ovo-versao-low-carb.html>