

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.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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