

QUICHE 4 QUEIJOS COM MASSA INTEGRAL

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:200 g de farinha de trigo integral

100 g de aveia em flocos

200 g de farinha de trigo sem fermento

250 g de margarina (ou manteiga)

1 ovo

2 colheres rasas de chá de sal

Recheio:

250 g de queijo provolone

250 g de ricota

1 copo de requeijão

250 g de mussarela

100 g de creme de leite

1/2 copo de leite

2 ovos

2 colheres de farinha de trigo

1 colher (chá) de sal rasa

MODO DE PREPARO

Coloque os ingredientes da massa em uma bacia e misture até formar uma massa macia e homogênea.

Espalhe a massa em uma travessa de vidro cobrindo o fundo e as laterais, reserve.

Rale todos os queijos em uma bacia e acrescente os demais ingredientes do recheio.

Espalhe o recheio sobre a massa na travessa.

Leve ao forno preaquecido a 180° C, por 40 minutos ou até dourar.

Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18380-quiche-4-queijos-com-massa-integral.html>