

TORTA DE ESPINAFRE FIT

INGREDIENTES

2 dentes de alho grande
1 cebola grande
pimenta-do-reino
salsinha
200 g de queijo (eu uso o minas padrão)
4 ovos grande
1 caixa de creme de leite
fermento em pó
sal a gosto

MODO DE PREPARO

Lave bem o espinafre corte bem picadinho e depois refogue com alho, cebola (picada em cubos), sal a gosto, e pimenta-do-reino. após ficar pronto reserve e tire o excesso da água.

Em uma travessa que vá ao forno, adicione os 4 ovos bata bem.

Após, adicione 1 colher (chá) de fermento em pó, depois acrescente pimenta-do-reino, salsinha, creme de leite e sal a gosto.

Bata bem a té ficar homogêneo, depois acrescente o espinafre e espalhe bem, de "preferência salpique por cima".

Finalize com o queijo e leve ao forno preaquecido, 180º C, por aproximadamente 20 minutos, depois se delicie.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18592-torta-de-espinafre-fit.html>