

SALGADO FIT

INGREDIENTES

80 g de batata doce
2 colheres (sopa) de farinha de aveia
1 colher (sopa) de farinha de trigo integral
1 gema
Frango desfiado a gosto
Creme de queijo a gosto
1 pitadinha de sal
1/2 colher (chá) de fermento químico
5 colheres (sopa) de farinha de linhaça

MODO DE PREPARO

Preaqueça o forno a 180° C.
Misture a batata doce, a farinha de aveia, farinha de trigo integral e a gema até ficar uma massa consistente.
Adicione o sal e o fermento químico, misturando bem.
Em seguida, abra a massa para inserir o recheio de frango e o creme de queijo.
Para untar, passe o bolinho na linhaça triturada.
Coloque o bolinho em uma assadeira e leve ao forno por 40 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18624-salgado-fit.html>