

# HAMBÚRGUER DE FRANGO FUNCIONAL

## INGREDIENTES

400 g de peito de frango moído  
1/2 xícara (chá) de farelo de aveia  
1 clara de ovo  
1 cebola pequena picada ralada  
2 colheres (sopa) de cheiro-verde picado  
sal e pimenta-do-reino a gosto

## MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes com um processador de alimentos e leve à geladeira por 30 minutos.

Retire o conteúdo e modele os hambúrgueres.

Em uma frigideira antiaderente coloque um fio de azeite e grelhe em fogo baixo.

Vire para dourar do outro lado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18865-hamburguer-de-frango-funcional.html>