

# CREPIOCA LOW CARB

## INGREDIENTES

- 1 ovo
- 1 colher de goma de tapioca
- 1 colher de parmesão ou mussarela ralada
- 1 colher de cream cheese
- 1 fatia de queijo prato ou qualquer queijo de sua preferência

## MODO DE PREPARO

Adicione em um prato fundo o ovo, a tapioca e o parmesão ralado.

Misture tudo até ficar uma massa homogênea.

Em seguida, adicione temperos a gosto, depois coloque numa frigideira untada com azeite extra virgem. Espere dourar uma parte, vire, recheie com cream cheese e queijo prato.

Feche a crepioca e espere o queijo derreter.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18884-crepioca-low-carb.html>