

TORTA LOWCARB DE FRANGO E BRÓCOLIS

INGREDIENTES

1 peito de frango desfiado
1 brócolis cozido e esmagado
4 ovos
tempero verde a gosto
pimenta preta a gosto
sal somente para cozinhar o frango e o brócolis
chimichurri a gosto
1 colher (sopa) de fermento

MODO DE PREPARO

Misture tudo deixando o fermento por último
Deixe assando por 20 minutos no forno elétrico a 150° C

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/1889-torta-lowcarb-de-frango-e-brocolis.html>