

LEMBAS

INGREDIENTES

3 ovos

1 xícara de mel

raspas de 3 laranjas

1 xícara de amêndoas

4 colheres (sopa) de manteiga derretida

2 xícaras de farinha de trigo com fermento

1 xícara de aveia

folhas

MODO DE PREPARO

Ligue o forno em fogo médio, para que esteja aquecido quando chegar a hora de assar as lembas.

Bata as amêndoas no liquidificador.

Em uma xícara ou potinho, coloque os ovos e misture com um garfo até ficar homogêneo.

Misture os ingredientes secos em um recipiente e mexa até misturar tudo.

Faça um buraco no meio e adicione os ovos, o mel e a manteiga.

Misture tudo até ficar uma massa que lembre massa de pão (ela tem que ficar descolando do recipiente apesar de ainda um pouco pegajosa).

Abra a massa em uma superfície enfarinhada.

Amasse a massa com um rolo ou com as mãos até ficar com um dedo de espessura.

Com uma faca grande e afiada, corte em quadradinhos de 4 x 4 dedos.

Faça com a faca uma pressão em "X" de uma ponta a outra do quadrado.

Coloque em uma bandeja forrada com papel manteiga ou untada, com afastamento de 2 dedos entre eles.

Leve ao forno por 20 minutos e faça o teste do palito (enfie o palito em uma das lembas; se sair limpo está bom).

Embrulhe as lembas em folhas de couve ou guardanapos e amarre com barbante como se fosse um pacotinho.

Pronto, você tem seu pão élfico (que uma mordida apenas pode saciar a fome de um homem adulto*).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/19004-lembas.html>