PANQUECA VERDE

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:1 xícara (chá) de talos picados

1 xícara (chá) de farinha de trigo

1/2 xícara (chá) de leite

1 xícara (chá) de água

1 unidade de ovo

1 colher (sopa) de margarina

sal a gosto

3 colheres (sopa) de óleo ou azeite de oliva

RECHEIO:

Recheio:3/4 de xícara (chá) de cebola

1 dente de alho

2 colheres (sopa) de óleo

240 g de carne moída

1 xícara (chá) de talos picados

MOLHO:

Molho:1 colher (sopa) de óleo ou azeite de oliva

1 xícaras (chá) de cebola

1/2 xícara (chá) de leite

1 xícara (chá) de cebola em rodelas

1 e 1/2 xícara (chá) de água

1/2 xícara (chá) de farinha de trigo

MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador os ingredientes, exceto o óleo.

Unte uma frigideira com um pouco de óleo para cada panqueca e reserve.

Para o recheio, doure em uma panela a cebola e o alho no óleo.

Acrescente a carne moída e refogue.

Junte os talos picados de agrião, o espinafre, a couve, etc., deixe cozinhar e reserve.

Para o molho, coloque em uma panela o óleo ou azeite e doure a cebola.

À parte, ferva o leite.

Acrescente na cebola já dourada a farinha de trigo e mexa bem para não empelotar, até dourar.

Junte o leite aos poucos, mexendo bem.

Caso empelote, bata no liquidificador.

Recheie as panquecas e coloque o molho por cima.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/19654-panqueca-verde.html