

NUGGETS LOW CARB

INGREDIENTES

1 kg de peito de frango
1 cebola pequena ou média
1 ovo
3 colheres de requeijão (aproximadamente)
100 g de queijo parmesão ralado grosso
100 g de queijo provolone defumado
salsinha e cebolinha a gosto
sal, cominho, pimenta e páprica a gosto
óleo para fritar (ou banha)

MODO DE PREPARO

Cozinhe o peito de frango e passe no processador para que fique bem triturado.

Adicione todos os outros ingredientes.

Modele os nuggets e frite.

Não precisa empanar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20349-nuggets-low-carb.html>