

BOLINHO DE BATATA DOCE – FITNESS

INGREDIENTES

300 g de batata doce cozida (1 e 1/2 xícara de chá)

50 g de queijo parmesão ralado no ralo fino (1/2 xícara de chá)

100 g de queijo cremoso (1/2 xícara de chá)

100 g de frango cozido e desfiado (1/2 xícara de chá) sal e cebolinha picadinha a gosto

100 g de queijo parmesão ralado no ralo fino (1 xícara de chá)

fécula de batata a gosto (para empanar)

MODO DE PREPARO

Em uma tigela, coloque a batata doce cozida, o queijo parmesão ralado, o queijo cremoso, o frango cozido e desfiado, sal e cebolinha picadinha a gosto e misture bem.

Pegue pequenas porções da massa (feita acima), faça bolinhas, passe em 100 g de queijo parmesão ralado e em seguida na fécula de batata.

Em uma frigideira com 1 fio de azeite coloque as bolinhas e leve ao fogo médio até dourar.

Retire e sirva em seguida.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20958-bolinho-de-batata-doce-fitness.html>