"PIZZA" PARA DIETA DUKAN

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:6 colheres de farelo de aveia ou farinha de aveia

6 colheres de leite desnatado em pó

1/2 pote de creme de ricota light

3 ovos

1 colher (sopa) de fermento em pó

sal a gosto

COBERTURA:

Cobertura:6 fatias de queijo light

6 fatias de peito de peru

orégano a gosto

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, misture bem todos os ingredientes.

Despeje a massa em uma forma e leve ao forno médio (180° C) por 20 minutos.

Após o tempo marcado, retire a massa do forno e coloque a cobertura.

Deixe assar por mais 5 minutos e está pronto.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22281-pizza-para-dieta-dukan.html