

# HAMBÚRGUER DE ABOBRINHA

## INGREDIENTES

1 abobrinha média  
1 ovo  
7 colheres de farinha de trigo  
1/2 cebola picada (bem fina)  
2 colheres de salsinha e cebolinha picadas  
cominho (ou outro tempero a gosto)  
sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Rale a abobrinha no estágio mais fino do ralador.

Em uma tigela, misture a abobrinha ralada, o ovo, o trigo e os temperos.

Com a ajuda de uma colher, prepare porções em um prato raso, no formato de hambúrguer.

Leve ao microondas por 3 minutos, descole os hambúrgueres do prato e repita a operação no microondas por mais 3 minutos.

Frite os hambúrgueres numa frigideira untada com óleo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22333-hamburguer-de-abobrinha.html>