

SALGADO VEGAN SIMPLES

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:1 xícara de batata doce cozida

1 colher (sopa) de farinha de mandioca

1 colher (sopa) de fubá

1 colher (sopa) de cúrcuma

1 colher (sopa) de azeite

pimenta caiena e sal a gosto

RECHEIO:

Recheio:1 xícara de proteína texturizada de soja hidratada

1/2 lata de milho verde

sal, orégano e shoyu a gosto

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa: Amasse a batata doce cozida e misture com os demais ingredientes até obter uma massa uniforme.

Reserve.

RECHEIO:

Recheio:Refogue em uma panela a soja com o shoyu durante 4 ou 5 minutos, para que ela absorva bem o tempero. Acrescente o milho e os demais temperos e mexa para que fique tudo misturado.

Modele o salgado, empane em uma mistura de farinha de aveia e mandioca e asse no forno até dourar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/23160-salgado-vegan-simples.html>