

TORTA DE BERINJELA E PALMITO COM SOBRA DE ARROZ

INGREDIENTES

MASSA:

- Massa: 3 ovos
- 250 ml de leite integral
- 150 ml de óleo (ou azeite)
- 1/2 xícara de arroz cozido (pode aproveitar uma sobra de arroz)
- 1 xícara de farinha de trigo integral
- 30g de queijo ralado
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (sopa) de fermento

RECHEIO:

- Recheio: 1 cebola picada
- 1 berinjela média picada em cubos
- 1 tomate picado
- 2 palmitos (conserva) picados
- 2 pitadas de sal
- 1 pitada de pimenta do reino em pó

MODO DE PREPARO

MASSA:

- Massa: No liquidificador coloque os ovos, leite e óleo, bata ligeiramente para misturar.
- Acrescente o arroz e bata novamente até que esteja triturado.
- Junte a farinha, queijo ralado, sal e fermento, bata até misturar bem.
- Coloque toda a massa em forma untada.

RECHEIO:

- Recheio: Refogue a cebola no azeite.
- Acrescente a berinjela, até que comece a murchar.
- Junte o tomate, palmito, sal e pimenta do reino, misture bem, tampe a panela e deixe cozinhar em fogo baixo por uns 2 minutos até que o tomate esteja desmanchando (não é necessário acrescentar água, pois a berinjela,

tomate e palmito soltarão líquidos).

Coloque o recheio sobre a massa.

Leve para assar em forno pré-aquecido a 200º C por cerca de 40 minutos.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/23986-torta-de-berinjela-e-palmito-com-sobra-de-arroz.html>