

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.

©2026 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>