

# EMPADÃO DE GRÃO DE BICO

## INGREDIENTES

400 g de grão de bico

300 g de frango cozido e desfiado ou carne moída

300 g de palmito

4 colheres (sopa) de molho de tomate

3 dentes de alho

azeite

sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Deixe o grão de bico de molho por 2 horas.

Cozinhe até ficar macio e escorra.

Bata o grão de bico no processador ou amasse com um garfo, aos poucos, vá adicionando o azeite até virar uma massa

Com a massa, forre uma vasilha refratária e leve ao forno médio por 10 minutos, não se esqueça de reservar um pouco da massa para cobrir depois.

Refogue o alho, coloque o frango ou carne moída e o palmito e depois o molho de tomate para um recheio cremoso.

Recheie o refratário e depois cubra com o restante da massa.

Pincele com azeite e leve ao forno médio por mais 20 minutos ou até dourar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/24349-empadão-de-grão-de-bico.html>