

MUFFIN DE OMELETE FIT

INGREDIENTES

3 ovos

1/3 de colher (sobremesa) de fermento químico (opcional)

1 pitada de condimentos (orégano, mangericão, chimichurri ou outros)

sal a gosto

recheio a gosto (frango, cenoura, abobrinha, cebola, espinafre...)

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, bata os ovos, adicione os demais ingredientes e misture bem.

Despeje a mistura em forminhas individuais para muffin e leve ao forno médio (180° C), preaquecido, de 30 a 60 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25208-muffin-de-omelete-fit.html>