

# PATÊ DE MICRO-ONDAS

## INGREDIENTES

1 cebola grande cortada em tirinhas

1 colher de sopa de azeite de oliva

1/2 peito de frango assado e desfiado

1 copo de requeijão cremoso light 200 g

1 pitada de pimenta-branca ou pimenta-do-reino

1/2 pacote de queijo parmesão ralado (tem que ser tipo grosso)

## MODO DE PREPARO

Em uma vasilha plástica e funda (que vá ao micro-ondas) coloque o azeite e a cebola.

Leve ao micro-ondas por 1 minuto e 30 segundos.

Acrescente o frango, a pimenta e novamente coloque no micro-ondas por 4 minutos (pause o processo após 2 minutos e mexa um pouco).

Agora basta misturar o requeijão e o queijo ralado e deixar mais 30 segundos.

Pode ser servido com torrada ou no pão.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26315-pate-de-micro-ondas.html>