

# PANQUECA DE RICOTA E ESPINAFRE AO MOLHO BRANCO

## INGREDIENTES

### MASSA:

Massa: 1 xícara de chá de farinha de trigo (165 g)

200 ml de leite

1 colher de sopa de amido de milho (maizena)

2 ovos

1 colher de café de sal

1 colher de sopa de óleo

1 colher de sopa de queijo ralado

### RECHEIO:

Recheio: 250 g de ricota

1 maço de espinafre (só as folhas) (250g)

sal a gosto

noz-moscada a gosto

pimenta-do-reino branca moída a gosto

### MOLHO BRANCO:

Molho branco: 2 xícaras de leite (400 ml)

2 colheres de sopa de manteiga

2 colheres de sopa de farinha de trigo

sal a gosto

noz-moscada a gosto

pimenta-do-reino branca moída a gosto

## MODO DE PREPARO

### MASSA:

Massa: Bata todos os ingredientes no liquidificador ou à mão, com um fuê de metal para não empelotar.

Coloque na geladeira por, pelo menos, meia hora.

Enquanto espera pode ir preparando o recheio.

### RECHEIO:

Recheio: Tempere a ricota com o sal, a noz-moscada e a pimenta a gosto.

Coloque o espinafre para cozinhar na água e sal por 5 minutos (no meu caso, comprei congelado, portanto só descongelei, nem coloquei sal).

Escorra bem, pode usar uma peneira fina, esprema bastante o espinafre contra a peneira para ter certeza que toda água saiu.

Pique bem o espinafre e misture na ricota já temperada, reserve.

Passados os 30 minutos, retire a massa da geladeira.

Aqueça uma frigideira e, com uma concha, vá colocando a massa, espalhando bem na frigideira para que fique bem fininha.

Quando fritar o primeiro lado, vire e frite o outro.

Repita esse processo com toda a massa.

Quando terminar coloque o recheio em uma das pontas da panqueca e enrole.

Coloque elas em um refratário que possa ser levado ao forno e reserve.

### MOLHO BRANCO:

Molho branco: Ferva o leite (no meu caso fervei em um recipiente no micro-ondas, acho mais prático e rápido que ferver no fogão).

Derreta a manteiga em fogo baixo, junte a farinha e mexa bem com um fuê de metal até obter uma pasta homogênea.

Aos poucos, acrescente o leite, mexendo o tempo todo para não empelotar.

Deixe cozinhar por alguns minutos e adicione o sal, a pimenta e a noz-moscada.

Quando estiver pronto despeje por cima das panquecas.

Se quiser coloque também um pouco de queijo ralado e leve ao forno para gratinar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26638-panqueca-de-ricota-e-espinafre-ao-molho-branco.html>