

TORTA DE QUEIJO VEGETARIANA

INGREDIENTES

MASSA:

Massa: 4 xícaras de chá de farinha de trigo integral
2 xícaras de chá de leite (de preferência desnatado)
2 colheres de sopa de margarina light com sal
1 colher de café de sal
1 colher de sopa de fermento em pó

RECHEIO:

Recheio: 1 queijo minas frescal light fatiado
1 lata de milho em conserva (já lavado)

MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes da massa no liquidificador, por último o fermento.

Em uma forma untada, despeje metade da massa e depois coloque o recheio.

Em seguida, cubra com a outra parte da massa.

Leve para assar em 200°C, até dourar.

Sirva quente e com acompanhamento de saladas.

Esta torta, além de ser bem leve e menos calórica, é saudável e deliciosa.

Ótima para vegetarianos(as) e pessoas que não querem abrir mão da dieta!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27816-torta-de-queijo-vegetariana.html>