

COXINHA LIGHT

INGREDIENTES

PARA A MASSA:

Para a massa: 1 kg e 500 g de macaxeira (mandioca ou aipim)

PARA O RECHEIO:

Para o recheio: 1 peito de frango

1 tomate

1 cebola média

1 dente de alho

sal a gosto

linhaça (chia ou farinha de rosca integral)

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa: Cozinhe a macaxeira (mandioca ou aipim).

Amasse a macaxeira e reserve.

RECHEIO:

Recheio: Cozinhe o peito de frango.

Corte o tomate, cebola e alho em cubinhos.

Doure a cebola e o alho sem óleo, mexendo sempre para não grudar.

Coloque o tomate e logo após, o frango desfiado, sal a gosto e deixe fritar.

Depois, passe um pouco de manteiga light nas mãos, modele a coxinha, passe na linhaça e coloque em uma forma, não precisa untar.

Coloque no forno preaquecido, por 20 a 30 minutos.

Fica uma delícia e super crocante.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27914-coxinha-light.html>