

HAMBÚRGUER DE PINHÃO

INGREDIENTES

400 g de pinhão cozido
250 g de frango picado em cubinhos
1 cebola pequena
3 dentes de alho
molho de tomate
2 colheres de sopa de óleo
1 clara de ovo
1 colher de sopa de farinha de rosca
salsinha e cebolinha a gosto
sal a gosto

MODO DE PREPARO

Bata os pinhões cozidos no liquidificador até virar uma farofa.
Coloque uma colher de sopa numa panela média.
Pique a cebola e uma cabeça de alho.
Refogue a cebola e o alho na panela.
Adicione o frango picado em cubos pequenos.
Frite o frango até começar a soltar um pouco de água.
Inclua meio pote de molho de tomate e deixe o molho cozinhar junto com o frango.
Atenção, o molho não poderá ter muito líquido.
Após o molho pronto, amassar o frango para fazer um patê.
Inclua o patê de frango na farofa de pinhão.
Adicione salsa e cebolinha a gosto.
Inclua dois dentes de alho amassados na massa.
Coloque uma colher de óleo ou azeite.
Adicione uma clara de ovo para dar liga.
Adicione uma colher de farinha de rosca (se precisar).
Sal e pimenta a gosto.
Misture tudo até que a massa fique densa.
Forme bolinhos para depois achatá-los como hambúrgueres.

Coloque uma colher de óleo em uma frigideira e frite os hambúrgueres até ficarem dourados.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28532-hamburguer-de-pinhao.html>