

MASSA PARA TORTA INTEGRAL COM FARELO DE AVEIA

INGREDIENTES

1 xícara (chá) de farinha de trigo integral

1 xícara e 1/3 de farelo de aveia

2 xícaras (chá) de leite desnatado

2 ovos

1 colher de sopa e 1/2 de fermento em pó

100 g de queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador a farinha, a aveia, os ovos, o leite e metade do queijo ralado.

Acrescente por último o fermento, mexendo devagar com uma colher.

Unte uma forma e polvilhe com farinha de trigo.

Despeje a metade da massa, o recheio (pode ser de frango desfiado, carne, legumes ou salsicha em molho de cachorro quente) e cubra com o restante da massa.

Polvilhe com o resto do queijo.

Leve ao forno preaquecido, por aproximadamente 40 minutos ou até ficar dourado.

OBS: A massa tem consistência mole, como a de um bolo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29182-massa-para-torta-integral-com-farelo-de-aveia.html>