

TORTA DE ATUM COM BRÓCOLIS

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:1 ovo

1 xícara de farinha de trigo

1 xícara de leite

1 colher de sobremesa de margarina

1/2 xícara de óleo

1 dente de alho

1 pitada de sal

1 colher de sobremesa de fermento em pó

RECHEIO:

Recheio:2 latas de atum sólido em óleo

1 pé de brócolis

1 copo de requeijão

1 cebola pequena

sal

MODO DE PREPARO

RECHEIO:

Recheio:Refogue a cebola sem queimar.

Junte o brócolis e refogue por 3 minutos, mexendo sempre.

Se quiser coloque uma pitadinha de sal.

MASSA:

Massa:Bata no liquidificador todos os ingredientes na seguinte ordem, primeiro o ovo, o leite, o óleo e a margarina por 5 minutos.

Depois o alho, o sal.

Ainda com o liquidificador ligado, ir colocando a farinha de trigo aos poucos e bater por mais 3 minutos.

Caso não esteja batendo, coloque um pouquinho a mais de leite.

Desligue.

Por último, coloque o fermento e mexa com uma colher.

MONTAGEM:

Montagem: Em uma assadeira untada com margarina, coloque um pouco da massa até cobrir o fundo.

Em seguida coloque o brócolis, depois o atum e o requeijão.

Tudo em camadas.

Não coloque a água que sobra do brócolis.

Cubra com o restante da massa.

Deixe assar por 45 minutos em forno a 200°C.

Bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29732-torta-de-atum-com-brocolis.html>