

OMELETÃO DE ATUM AO FORNO À LA VANESKA

INGREDIENTES

6 ovos grandes
12 azeitonas verdes sem caroço picadas
1 colher de sopa de farinha de trigo
1 colher de chá de fermento em pó
1/2 maço de coentro picado
1 lata com atum ralado de 170 g (com o próprio óleo)
1/2 xícara de chá de leite
150 g de mussarela picada
1 caixa ou lata de seleta com legumes de 280 g
1 dente grande de alho picado
1/2 cebola picada
1/2 tomate picado
sal a gosto (usamos 2 pitadas)
1 pitada de orégano
1 pitada de pimenta-do-reino
1 regada de azeite

MODO DE PREPARO

Bata os ovos com o garfo, separadamente para não correr o risco de ter ovo estragado.

Misture todos os ingredientes junto aos ovos batidos.

Unte um refratário de vidro (tamanho médio) com óleo e coloque a mistura.

Deixe a mistura descansar por 5 minutos para pegar o gosto dos temperos e enquanto isso ligue o forno a 180°C para aquecer.

Coloque o refratário no forno e aumente a temperatura para 210°C.

Deixe assar por 30 minutos e fure com o garfo que deverá sair seco.

Deixe esfriar um pouco antes de cortar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/32145-omeletao-de-atum-ao-forno-a-la-vaneska.html>