

PANQUECA DE CAMARÃO E LEGUMES AO MOLHO DE TOMATE

INGREDIENTES

Massa de Wrap/ Rap ou de panqueca

1 tomate picado

1/2 cebola picada

1 dente de alho

1 colher (chá) de azeite

1/2 berinjela em cubos

1/2 abobrinha em cubos

1/2 cenoura ralada

Camarão à gosto

1 colher (chá) de colorau

sal e temperos a gosto

MODO DE PREPARO

Doure a cebola e o alho, acrescente o tomate picado e deixe em fogo baixo com um pouquinho de água para o tomate se desmanchar. Acrescente o colorau, o sal, a cenoura ralada e os demais ingredientes.

Deixe cozinhar um pouquinho sem que os legumes se desmanchem e de modo que o camarão esteja firminho.

Doure os wrap's em uma frigideira antiaderente, recheie- os e leve ao forno para dar uma aquecidinha.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/32314-panqueca-de-camarao-e-legumes-ao-molho-de-tomate.html>