

PANQUECA DE RICOTA COM ESPINAFRE AO MOLHO BRANCO

INGREDIENTES

PARA A MASSA:

Para a massa: 1 ½ xícara (chá) de leite

1 xícara (chá) de farinha de trigo

2 ovos

1 colher (chá rasa) de sal

Manteiga ou óleo de canola para untar

PARA O RECHEIO:

Para o recheio: 500g de ricota fresca

1 maço de espinafre fresco

1 dente de alho picado

1 colher (sopa) de azeite

Sal (a gosto)

PARA O MOLHO BRANCO:

Para o molho branco: 2 colheres (sopa) de manteiga

1/2 cebola picada

1 dente de alho picado

1 litro de leite gelado

2 colheres (sopa cheia) de farinha de trigo ou amido de milho

Noz-moscada ralada

Sal (a gosto)

OPCIONAL:

Opcional: Orégano

Salsinha (bem picada)

1 lata de creme de leite

PARA A MONTAGEM:

Para a montagem: Ingredientes:

¼ de xícara (chá) de queijo parmesão ralado

Folhas de salsa fresca (a gosto)

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa: No liquidificador, junte o leite, a farinha de trigo, os ovos e o sal. Bata até a mistura ficar lisa. Deixe descansar no próprio copo do liquidificador por no mínimo 20 minutos até 1 hora, em temperatura ambiente. Enquanto isso, prepare o recheio. Depois do tempo do descanso da massa (e com o recheio já pronto), aqueça uma frigideira antiaderente, de fundo grosso, de cerca de 22cm de diâmetro ou panquequeira, e espalhe um pouquinho de óleo ou de manteiga para untar. Coloque uma concha da massa na frigideira (serve de medida).

Faça um movimento circular com a frigideira de modo a cobrir todo o fundo. Coloque a frigideira sobre o fogo baixo e, quando as bolhas começarem a aparecer ou começarem a desgrudar da frigideira, com auxílio de uma espátula de borracha, vire a massa para dourar do outro lado. O processo todo leva menos de 3 minutos por disco. Transfira para um prato, espalhe mais um pouquinho de manteiga ou óleo na frigideira e repita o procedimento, até terminar a massa.

Os dois primeiros discos são mais difíceis de fazer mesmo.

RECHEIO:

Recheio: Lave o maço de espinafre sob água corrente. Separe as folhas e deixe de molho por 10 minutos em água com solução desinfetante para frutas, legumes e etc. Descasque e pique fino o dente de alho. Reserve. Numa tigela grande, amasse a ricota fresca com um garfo. Tempere com uma pitada de sal. Reserve.

Leve ao fogo médio uma panela. Enquanto ela aquece, enxague as folhas de espinafre e transfira para uma peneira para escorrer. Coloque as folhas na panela e vá mexendo aos poucos, até que estejam macias, mas não totalmente murchas.

Transfira as folhas de volta para a peneira e pressione levemente para retirar o excesso de água. O espinafre vai ficar mais crocante. Refogue o alho no azeite e volte as folhas de espinafre para a panela junto ao alho refogado no fogo baixo. Misture bem e apague o fogo. Pique um pouco o espinafre (mas só um pouco, se não fica com gosto muito forte). Misture o refogado à ricota amassada na tigela. Reserve.

MOLHO:

Molho: Numa panela grande, derreta a manteiga. Junte o alho e a cebola e refogue até dourar. Dissolva a farinha ou o amido no leite e despeje na panela. Mexendo de vez em quando, até que levante fervura. Se optar você poderá acrescentar o creme de leite e deixar levantar fervura novamente. Acrescente o orégano e a salsinha picada. Abaixe o fogo deixe cozinhar um pouco para pegar gosto (cerca de 1 minutinho). No fim, tempere com noz-moscada e sal.

Montagem:

Pré-aqueça o forno a 180°C (temperatura média). Coloque cerca de 2 colheres (sopa) do recheio na ponta da última panqueca da pilha. Enrole pressionando para que o recheio fique firme. Transfira para um refratário grande

e repita o procedimento com os outros discos de panqueca. Regue as panquecas com cerca de $\frac{3}{4}$ do molho branco. O restante pode ser servido à parte. Salpique com o queijo parmesão ralado. Leve ao forno por cerca de 15 minutos para dourar. Sirva com as folhas de salsa fresca.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/32885-panqueca-de-ricota-com-espinafre-ao-molho-branco.html>