

TORTA DE MILHO COM ESPINAFRE

INGREDIENTES

MASSA:

Massa: 1 e 1/2 xícara de chá de farinha de trigo

1 e 1/2 xícara chá de leite integral

1/2 xícara de chá de óleo

3 ovos

1 colher sopa de fermento em pó

1 colher sopa de queijo parmesão ralado

RECHEIO:

Recheio: 1 maço de espinafre bem lavado e picado

1 cebola média picada

3 dentes de alho bem amassado

1 colher sopa de óleo

4 tomates sem sementes e sem pele picados

4 xícaras de chá de milho verde escorrido

1/2 xícara de chá de cheiro verde picadinho

1 pitada de sal

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa: Bata todos os ingredientes no liquidificador. Reserve.

RECHEIO:

Recheio: Coloque o óleo na panela e leve ao fogo.

Refogue o alho, cebola, espinafre, os tomates, milho, o sal e misture bem.

Deixe cozinhar por 5 minutos.

Retire do fogo e acrescente o cheiro verde.

Despeje a metade da massa em um refratário untado e espalhe o recheio.

Por cima cubra com o restante da massa, polvilhe queijo ralado e leve para assar em forno preaquecido por 40 minutos.

Retire e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33777-torta-de-milho-com-espinafre.html>