

OMELETE DE LEGUMES

INGREDIENTES

2 ovos

1 cenoura

1/2 abobrinha verde

sal a gosto

1 colher de queijo ralado

MODO DE PREPARO

Em um refratário que vá ao micro-ondas quebre os ovos, junte a abobrinha ralada, a cenoura ralada, sal a gosto, 1 colher de queijo ralado e mexa bem.

Leve ao micro-ondas por 3 minutinhos.

Dica: Utilize a tecla pizza ou lasanha para cozinar os legumes e ovos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34668-omelete-de-legumes.html>