ASSADINHO NUTRITIVO DE INHAME E AVEIA

INGREDIENTES

150 g de inhame cozido em água e sal

1 ovo inteiro

temperos a gosto (usei sal, pasta de alho, cebola e salsinha picadinha)

50 g de queijo ralado

1 colher (café) de fermento em pó

1 colher (sopa) bem cheia de farinha de aveia

farinha de trigo para empanar

1 colher (sopa) de manteiga derretida para untar a forma

MODO DE PREPARO

Escorra muito bem os inhames para tirar o máximo de água e amasse com um garfo

Molde os bolinhos com cuidado, enfarinhando a mão para que não grude

Role os bolinhos para que a manteiga os envolva por completo

Leve ao forno preaquecido na temperatura de 240° C por aproximadamente 30 minutos

Obs

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/3484-assadinho-nutritivo-de-inhame-e-aveia.html