

# OMELETE DE FORNO RÁPIDO

## INGREDIENTES

4 ovos

1 colher (sopa) de margarina

1 caixa (200 g) de creme de leite

1/2 copo de farinha de trigo

2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado

2 latas de sardinha (sem o óleo e escamas)

cenoura ralada a gosto

cebola ralada a gosto

orégano a gosto

sal

## MODO DE PREPARO

Na batedeira, bata bem os ovos com a margarina.

Acrescente o creme de leite e bata até ser dissolvido por completo.

Vá colocando a farinha de trigo aos poucos, juntamente com o queijo ralado e o sal (a quantidade fica a seu critério).

Amasse as sardinhas e junte a mistura com ajuda de uma colher, adicione também a cebola, a cenoura e o orégano.

Coloque em um refratário untado, polvilhe queijo ralado por cima, se desejar. Leve ao forno médio preaquecido por cerca de 30 minutos.

Sugiro servir morno e acompanhado de espaguete com molho de tomate.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35487-omelete-de-forno-rapido.html>