

BOLINHOS DE ARROZ (INTEGRAL E ASSADO)

INGREDIENTES

1 xícara de arroz integral pronto

2 ovos batidos com o garfo mesmo

1 xícara de farinha de trigo (integral) ou fibra de soja

cheiro verde, cebolinha, manjeriço ou hortelã picadinhos

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Misture tudo com as mãos, preaqueça o forno em 180°C e unte uma forma com um pouco de azeite. Use duas colheres para fazer os bolinhos com essa massa, é bem grudenta. Leve os bolinhos para o forno, e retire-os quando estiverem bem dourados, aproximadamente 30 minutos.

Sirva ainda quente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35990-bolinhos-de-arroz-integral-e-assado.html>