

# TORTA SALGADA DE ABÓBORA E SOJA TEXTUURIZADA

## INGREDIENTES

### MASSA:

Massa: 1/2 abóbora kabocha cozida  
1/2 xícara (chá) de óleo  
2 xícaras (chá) de farinha de trigo  
1 xícara (chá) de leite  
2 ovos  
1 colher (sopa) de fermento em pó  
sal a gosto

### RECHEIO:

Recheio: 2 xícaras (chá) de soja texturizada  
1/2 pimentão (vermelho, verde ou amarelo)  
1 cebola média  
2 dentes de alho  
2 colheres de sopa de azeite  
200 g de mussarela (ou 8 fatias)  
1 xícara (chá) de parmesão  
1 colher (chá) de orégano  
sal a gosto

## MODO DE PREPARO

### MASSA:

Massa: Descasque a abóbora, corte-a em pedaços e cozinhe em panela de pressão por 20 minutos. Tire-a da panela, coloque-a no liquidificador com todos os ingredientes líquidos. Por último coloque a farinha de trigo e ao final, o fermento. Após colocar o fermento, apenas mexer a massa.

### RECHEIO:

Recheio: Reserve a soja texturizada em uma vasilha e coloque água fervente sobre a mesma, aguardando 10 minutos. Após verificar que a soja inchou, lave-a em água corrente e esprema com as duas mãos com força. A soja deve ser bem lavada, espremida e temperada.

Coloque o azeite em uma panela, doure o alho amassado e em seguida coloque a cebola. Logo após colocar a

cebola, coloque a soja que você preparou. Coloque o pimentão e tempere com sal a gosto e orégano.

Escolha uma forma com teflón ou unte-a com manteiga e polvilhe-a. Coloque sucessivamente nesta forma metade na massa, 4 fatias de queijo mussarela, a soja temperada e por cima mais 4 fatias de queijo e o restante da massa sobre tudo. Coloque para assar.

Após aproximadamente 40 minutos no forno, tire brevemente a torta e coloque o parmesão por cima apenas para gratinar. Após ver que o parmesão dourou a massa por cima, retire a torta.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/36108-torta-salgada-de-abobora-e-soja-textuurizada.html>