

# TORTA SALGADA INTEGRAL

## INGREDIENTES

3 ovos

2 xícaras de chá de azeite de oliva

4 xícaras de farinha de trigo integral

1 cenoura grande picada

1 pimentão grande verde picado

1 tomate grande picado

1/2 xícara de ervilhas (pode ser enlatada)

1/2 xícara de milho verde (pode ser enlatado)

1 pacote de presunto picado

2 xícaras de queijo mussarela ralado ou picado

1 colher de sopa de fermento químico (para bolo)

leite

sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Coloque os ovos e o azeite de oliva e bata ligeiramente até que misture bem.

Depois acrescente a farinha aos pouco até terminar.

Assim que acrescentar toda a farinha coloque o leite aos poucos para que a massa fique homogênea semelhante à de bolo.

Acrescente o restante dos ingredientes à massa e misture bem.

Por fim, coloque uma colher de fermento químico.

Depois, unte uma forma média de bolo, despeje a mistura e deixe assar há 200°C por 40 minutos ou até dourar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/36757-torta-salgada-integral.html>