

ALMÔNDEGAS DE SOJA RECHEADAS

INGREDIENTES

200 g de proteína texturizada de soja

1 cenoura ralada

1 cebola ralada

4 dentes de alho ralados ou bem esmagados

1 pitada de orégano seco

1 pitada de manjericão seco

1 pitada de cominho em pó

cebolinha e salsinha picadas a gosto

sal a gosto

1 ovo

1 colher de azeite de oliva ou óleo de soja

1 pacote de sazón amarelo ou verde claro ou verde escuro (o que preferir)

trigo até dar ponto

queijo mussarela em cubos pequenos (de acordo com a quantidade de bolinhas)

MODO DE PREPARO

Coloque a soja com água em uma panela e aqueça até ferver e ela inchar e amolecer.

Retire a soja, escorra e esprema bem até sair toda a água.

Coloque a soja em uma bacia grande e adicione a cenoura, a cebola, o alho e os outros temperos.

Misture bem e acrescente o ovo, o azeite ou óleo e o trigo.

Mexa bem, o ponto tem que ser bem pegajoso, senão na hora de fritar desmancia.

Deixe descansar um pouco.

Se quiser, deixe uma hora ou mais, quanto maior o tempo mais vai pegar o tempero.

Faça as bolinhas de tamanho médio e coloque o queijo no meio.

Não faça muito grande pra não ficar cru por dentro, nem muito pequeno se não o queijo vaza.

Aqueça o óleo, não precisa cobrir as bolinhas, até a metade tá bom, se não fica muito gorduroso. Frite no óleo não muito quente e espere dourar.

Pode comer só assim ou com molho de tomate que fica muito bom também.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/37154-almondegas-de-soja-recheadas.html>