

LANCHE DE PANQUECA VERDE

INGREDIENTES

100 g farinha de trigo
150 ml de leite
1 ovo
1 colher de chá de manteiga
5 folhas de coentro
1 pitada de sal
requeijão light
4 folhas de alface
2 rodela de tomate
2 rodela de pepino

MODO DE PREPARO

Coloque a farinha de trigo, leite, ovo, manteiga e as folhas de coentro no liquidificador.

Bata até ficar cremoso com coloração verde, reserve.

Em uma frigideira coloque um fio de azeite e espalhe com um papel toalha.

Ligue o fogo baixo e coloque o líquido sobre a frigideira preenchendo toda a sua parte do fundo.

Vire a mesma quando estiver consistente a parte de baixo e dourada pelo calor.

Reserve-as sem colocar uma sobre a outra.

Passe o requeijão com uma colher em cada panqueca colocando na sequência uma folha de alface, 2 tomates e 2 pepinos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/39817-lanche-de-panqueca-verde.html>