KIBE LIGHT

INGREDIENTES

1 pacote de trigo para kibe 500 grs

1 kg de carne moida de primeira

1 ovo

1 colher de sobremesa sal marinho

1 colher cheia de ervas trituradas,como alecrim,mangerição, e oregano

1 pires cheio de hortelã picado

2 dente de alho

1 limão siliano ou outro

1 pires de cebolinha e salsa picada

1 cebola media ralada

2 xícaras de farinha derosca

MODO DE PREPARO

Escalde o trigo para kibe em três xícaras de água fervente

Depois de escaldado, coloque a carne moída com todos os outros ingredientes e, por fim, a farinha de rosca até dar o ponto

Faça uma bolinha que não se desfaça e comece a modelar os kibes

Frite

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/4322-kibe-light.html