

# PANQUECA DE RICOTA E ESPINAFRE

## INGREDIENTES

### MASSA:

Massa: 1 e 1/2 xícaras de farinha de trigo branca

1/2 xícara de farinha de trigo integral

1 ovo

sal a gosto

5 colheres (sopa) de azeite

1 colher (sopa) de amido de milho

2 xícaras de água

### RECHEIO:

Recheio: 200 g de ricota

2 colheres (sopa) de azeite

salsinha e sal a gosto

2 xícaras de espinafre refogado com alho, cebola, orégano e azeite (escorrer o líquido que se forma)

### MOLHO:

Molho: 5 tomates

2 dentes de alho picados

1/2 cebola picada

1 cubo de caldo de legumes

2 colheres (sopa) de azeite

orégano e salsinha a gosto

queijo parmesão ralado para polvilhar

## MODO DE PREPARO

Misturar a ricota amassada com garfo, azeite, salsinha, sal e o espinafre. Reservar.

Em uma panela refogar o alho e a cebola no azeite. Acrescentar os tomates batidos no liquidificador com 1 xícara de água, cubo de caldo e o orégano.

Deixar fervendo até engrossar. Desligar e colocar a salsinha.

Bater no liquidificador os ingredientes da massa.

Em uma frigideira com antiaderente levemente untada com azeite (só unta uma vez) e aquecida, colocar a massa

com auxílio de uma concha,espalhar bem e fritar dos dois lados.

Quando terminar de fritar, colocar o recheio em cada uma,regar com o molho e polvilhar queijo ralado.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/46908-panqueca-de-ricota-e-espinafre.html>