

# OMELETE DE QUEIJO MINAS COM TOMATE E CENOURA

## INGREDIENTES

6 ovos

1 tomate médio cortado em cubos (retirar a pele e a semente é opcional)

1 pedaço de queijo minas de tamanho menor ou igual ao do tomate

1 cenoura média ralada

1/2 colher de chá de tempero pronto ou sal a gosto

Pimenta do reino à gosto

Gotas de molho shoyu à gosto (recomendo até 5 gotas)

Gotas de molho inglês à gosto (recomendo até 2 gotas)

2 dentes grandes de alho espremidos

1 e 1/2 colher de sopa de margarina

## MODO DE PREPARO

Corte o tomate e o queijo minas em cubinhos, rale a cenoura no ralo grosso, reserve o tomate e o queijo na mesma vasilha. Tempere o queijo e o tomate, usando o tempero pronto, o molho shoyu, o molho inglês e a pimenta-do-reino. Reserve.

Numa vasilha bata os ovos com um garfo e incorpore o tomate com queijo temperado.

Derreta a margarina numa frigideira anti-aderente, esprema os dentes de alho frite até dourar. Acrescente a cenoura ralada e refogue. Em cima do refogado que está na frigideira, coloque os ovos misturados, vá mexendo com uma espátula para que o omelete encorpoe. Quando a maioria do omelete estiver numa consistência fácil de virar, pegue uma tampa com diâmetro maior ou igual a frigideira e use como apoio para fritar o outro lado. Assim que estiver cozido, desligue.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/47160-omelete-de-queijo-minas-com-tomate-e-cenoura.html>