TORTA INTEGRAL COM RECHEIO DE CENOURA E QUEIJO BRANCO

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:2 xícaras de farinha de trigo integral

¼ de xícara de farinha de aveia

3 ovos

1 xícara de leite (eu usei de soja)

1 xícara de óleo de milho

1 pacotinho de queijo ralado (50g)

1 colher de sopa de fermento em pó

RECHEIO:

Recheio:Ramas de cenoura bem picadas

2 cenouras raladas

1 latinha de atum ralado

1 cebola pequena picada

Palmito picado

Azeitonas pretas picadas

Sal a gosto e azeite para refogar

Queijo branco a gosto

Gergelim para polvilhar

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa:Bata todos os ingredientes no liquidificador, começando pelos líquidos e adicionando o fermento por último (a massa fica grossa mesmo).

RECHEIO:

Recheio: Frite a cebola no azeite e refogue as folhas de cenoura, a cenoura e o palmito. Deixe ferver por cerca de 10 minutos, acrescente a azeitona e o atum.

MONTAGEM:

Montagem:Coloque metade da massa em assadeira untada e enfarinhada. Coloque o recheio, cubra com fatias de

queijo branco e complete com o restante da massa. Salpique com gergelim e leve ao forno por cerca de 30 minutos em forno médio, preaquecido (cerca de 200°C).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/47834-torta-integral-com-recheio-de-cenoura-e-queijo-branco.html