PANQUECA DE ABÓBORA

INGREDIENTES

MASSA DA PANQUECA:

Massa da panqueca:1 xícara de leite desnatado

1/2 xícara de farinha de trigo integral

1/2 xícara de farinha de trigo branca

2 ovos

Sal e pimenta a gosto

Óleo para frigideira

RECHEIO DE ABÓBORA:

Recheio de abóbora:1/2 cebola picada

3 dentes de alho amassados

2 colheres de sopa de coentro picado

abóbora cortada em pedacinhos

1/2 xícara de água

coentro moído a gosto

temperinho verde a gosto

cebolinha a gosto

azeite, sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

MASSA DA PANQUECA:

Massa da panqueca:Bata todos os ingredientes no liquidificador até ficar homogêneo. Em uma frigideira coloque um pouquinho de oleo e espalhe bem.

Coloque um pouco da massa e espalhe por toda a frigideira, não deixando muito fina.

Vire dos dois lados até dourar.

Reserve as panquecas.

Recheio modo de fazer abóbora.

Aqueça uma panela com um pouquinho de azeite e refogue a cebola, o alho e tempere com coentro a abóbora e o que você gostar.

Refogue bem, coloque a água e tempere com sal e pimenta.

Tampe a panela e deixe cozinhado até a abóbora ficar macia, desmanchando, coloque temperinho verde e cebolinha e reserve.

Faça as panquecas e coloque os recheios e salpique parmesão e coloque no forno para gratinar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/47959-panqueca-de-abobora.html