TORTA VEGETARIANA

INGREDIENTES

500 ml de leite (pode ser desnatado)

250 ml de óleo de soja ou girassol

3 xícaras de farinha de trigo ou integral

1 colher rasa (sopa) de sal

4 ovos

2 colheres (café) de fermento

1 pitada de orégano

25 g queijo ralado

Recheio

1 berinjela picada

1/2 abobrinha picada

1 tomate picado

1 cebola picada

1 lata de ervilha com milho

azeitonas a gosto

1 pimentão verde picado

1 pitada de pimenta-do-reino

100 ml de molho

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Recheio

Refogue a cebola, o tomate, a azeitona, o pimentão e a lata de milho e ervilha até a cebola ficar transparente

Acrescente a berinjela picada (sem a água), a abobrinha, o molho e a pimenta

Mexa em fogo baixo até que a abobrinha e a berinjela tenham murchado, acrescente o sal

Quando estiver uma consistência firme, não podendo ficar muito liquida, desligue o fogo e está pronto

Massa

Bata os ingredientes da massa no liquidificador e acrescente por último o fermento

Despeje metade da massa em uma forma de inox ou alumínio untada com manteiga

Acrescente o recheio por cima e cubra com o restante da massa

Polvilhe com queijo ralado por cima e coloque para assar em forno alto 220° C, preaquecido, por 40 minutos

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/4875-torta-vegetariana.html