

TORTA DE FRANGO COM CREME DE SOJA, CENOURA E ESPINAFRE

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:1 ovo

6 colheres (sopa) bem cheias de farinha de trigo com fermento.

1/2 xícara de azeite de oliva

1 xícara de chá de leite

orégano a gosto

5 colheres (sopa) de queijo ralado

RECHEIO:

Recheio:2 peitos de frango cozidos e desfiados

cebola picada (quantidade a gosto)

1/2 xícara de molho de tomate

1 cenoura cozida e picada

1/2 maço de espinafre cozido

250 g de grão de soja cozido

sal

1 pedaço pequeno de bacon picado

orégano

cheiro verde

MODO DE PREPARO

Coloque os ingredientes da massa em um Liquidificador bata até obter uma massa homogênea.

Unte a forma, forre com a metade massa e reserve.

Faça um refogado com a cebola picada, o molho de tomates, cheiro verde e acrescente o frango desfiado, a cenoura ,o espinafre e o orégano, reserve.

Bata a soja cozida no liquidificador até obter um creme, reserve.

Numa panela frite os pedaços de bacon com cebola, junte o creme da soja e acerte o sal a gosto, deixe ferver em fogo baixo por alguns minutos sempre mexendo pra não grudar na panela, desligue e junte o frango, com a cenoura e o espinafre.

Coloque esse recheio em cima da massa que ficou dentro da forma e cubra com o restante da massa.

Leve ao forno preaquecido por mais ou menos 30 minutos, dependendo do forno.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidass.com.br/receita/49163-torta-de-frango-com-creme-de-soja-cenoura-e-espinafre.html>