PANQUECAS DE ATUM

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:300 ml de leite

A mesma medida do copo de farinha de trigo sem fermento.

1 ovo inteiro

1 colher de sopa de manteiga ou margarina

1 pitada de sal

RECHEIO:

Recheio:1 lata de atum

alho

cebola

cheiro-verde

óleo

Molho:

1 pacote de extrato de tomate próprio para panqueca

queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa:Bata bem todos os ingredientes no liquidificador.

Em seguida unte uma frigideira para panquecas.

Coloque uma concha dessa massa até que a bordas soltem da frigideira.

Coloque o recheio e enrole a panqueca.

Em seguida unte uma forma refratariа com extrato de tomate para panquecas.

Coloque as panquecas por cima o molho novamente.

Por último acrescente o queijo parmesão.

Leve ao micro-ondas por cerca de 2 minutos e estará pronto para servir.

RECHEIO:

Recheio:Refogue todos os ingredientes.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49590-panquecas-de-atum.html