

FRIGIDEIRA DA MINHA VÓ (NA OMELETEIRA)

INGREDIENTES

6 ovos tipo grandes

1 peito de frango (temperado a gosto) desfiado

Temperos verdes (cebola, pimentão, coentro) picados

Não uso tomate, coloco um pouco de extrato

1 lata de ervilha ou milho verde (escorridos)

batata inglesa em cubos cozida (não amolecer demais)

queijo parmesão ralado a gosto (eu uso uma colher de sopa)

1 colher de sopa de farinha de trigo.

3 colheres de sopa de óleo ou azeite de oliva do bom

óleo para untar a omeleteira

MODO DE PREPARO

Primeiro faça o recheio: coloque em uma panela, as colheres de óleo ou azeite.

Esquente só um pouco.

Acrescente a cebola e quando começar a murchar, acrescente os pimentões, mexa um pouco. Agregue o extrato mexendo mais um pouco.

Agora, o coentro mexendo só um pouco.

Agregue o frango desfiado e misture aos temperos.

Por último a ervilha ou milho e a batatinha em cubos.

Misturar levemente para não amassar as ervilhas e nem as batatinhas.

Deixar este recheio amornar ou esfriar.

Na batedeira, coloque as claras e bata em neve, acrescenta as gemas e bata até clarear um pouco.

Acrescente o queijo parmesão ralado, a farinha de trigo.

Mexa bem e rapidamente.

Unte as partes da omeleteira.

Em uma parte coloque parte dos ovos batidos, coloque o recheio.

Cubra com a outra parte dos ovos, espalhe por igual.

Tampe com a outra parte da omeleteira.

Leve imediatamente ao fogo.

Deixa uns minutos, vire a omeleteira e deixe alguns minutos.

Repita este procedimento.

Levante uma parte da omeleteira e olha, se o omelete estiver moreno dos dois lados, está no ponto.

Deixe um pouco tampado.

Vire em um prato.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50212-frigideira-da-minha-vo-na-omeleteira.html>