

# VULCÃO DE CEBOLA

## INGREDIENTES

3 xícaras de chá de água  
6 cebolas descascadas  
200 g de peito de frango cozido  
3 colheres de iogurte desnatado  
1 xícara de chá de salsa picada  
1 cenoura ralada  
½ xícara de chá de cebola picada (miolo das cebolas)  
noz-moscada  
sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Numa panela,coloque a água e o sal.

Quando ferver, junte as cebolas e cozinhe por 25 minutos. Escorra a água,deixe amornar e retire os miolos da cebola.Pique ,coloque numa tigela e reserve.

Cozinhe o frango com todos os temperos a gosto. Desfie ou processe a carne. Misture os demais ingredientes, inclusive a cebola reservada.

Coloque dentro das cebolas e sirva.

Se desejar salpique quijo parmesão ralado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50678-vulcao-de-cebola.html>