EMPADAS DE ESPINAFRES COM COGUMELOS E ALHO FRANCÊS

INGREDIENTES

100 gr de farinha integral

50 gr de farinha de trigo

40 gr de manteiga

1 c. (de sopa) de fermento

1 molho de espinafres

1 alho francês pequeno

100 g de cogumelos frescos

1 dente de alho

Salsa picada

1 colher (de sopa) de molho de soja

Pimenta

1 gema para pincelar (opcional não usado)

Água

Azeite

MODO DE PREPARO

Amassar as farinhas com a manteiga e o fermento. Juntar água, aos pouquinhos até obter uma massa homogénea. Deixar descansar e tender sobre uma superfície enfarinhada.

Ferver os espinafres.

Saltear o alho-francês em rodelas, os cogumelos, os espinafres e os alhos em azeite. Temperar com o molho de soja e deixar ferver. Temperar com salsa e pimenta.

Forrar tarteiras com a massa preparada. Convém pincelar as tarteiras com um pouco de manteiga.

Retirar o excesso de massa e reservar. Rechear com os legumes.

Tirar a massa em excesso e cobrir as tarteiras. Calcar as extremidades para fechar bem. Quem quiser pincelar com uma gema de ovo faça nesse momento.

Também pode polvilhar com sementes de sésamo.

Levar ao forno até assar.

Depois de cozido é só desenformar.

Bom apetite.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50838-empadas-de-espinafres-com-cogumelos-e-alho-frances.html