

# OMELETÃO DE MICRO-ONDAS

## INGREDIENTES

### RECHEIO:

Recheio: 200 g de mussarela ralada (no ralo grosso)

1/2 peito de frango (cozido e desfiado)

Extrato de tomate para corar

## MODO DE PREPARO

### RECHEIO:

Recheio: Refogue o frango a seu gosto e com seus temperos, coloque um pouco de extrato de tomate para colorir, deixe ferver até formar um pouco de molho, quanto menos molho formar melhor.

### MONTAGEM:

Montagem: Unte um marinex de tamanho pequeno (20x18x5 cm) com margarina. Coloque a massa, com o auxílio de um garfo, espalhe em pequenas porções de frango já pronto por cima de toda a massa.

Depois espalhe a mussarela.

Coloque no micro-ondas por 10 minutos na potência alta (varia de micro-ondas no meu foram 12 minutos).

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidadas.com.br/receita/51246-omele tao-de-micro-ondas.html>