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 ate 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 potencia alta (varia de micro-ondas no meu foram 12 minutos).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/51246-omeletao-de-micro-ondas.html