

## CARNE MOÍDA VEGETAL

### INGREDIENTES

3 colheres de nozes moída

3 ovos

1 colher de molho shoyu

1 cebola média (picada)

2 tomates sem pele e sem semente (picados)

1 colher de sopa de óleo

### MODO DE PREPARO

Bata os ovos como para omelete, coloque as nozes moídas, misturando.

Aqueça levemente o óleo numa panela, despeje o omelete com as nozes e mexa até que fique seco.

Coloque o molho shoyu, misture, isso dará cor de carne.

Coloque a cebola e o tomate picados.

Mexa bem e deixe tomar jeito de carne moída.

Use em recheio de panquecas, macarrão, recheio de bolo de batatas, enfim no que você usa carne moída pode usar o guisado de nozes.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/51603-carne-moida-vegetal.html>