

ESFIHA DE GLÚTEN

INGREDIENTES

RECHEIO:

Recheio: 250 g de glúten

1 cebola média

Azeitona

MODO DE PREPARO

RECHEIO:

Recheio: Faça um refogado com 250 g de glúten, 1 cebola média e azeitona.

MASSA:

Massa: Misture com o leite, sal, açúcar, óleo, ovos, germen e por último, a farinha de trigo, aos poucos, sovar até soltar das mãos.

Amasse bem e deixe descansar. Abra com um rolo, corte em pequenos círculos, coloque recheio e enrole de forma triangular.

Leve ao forno para assar até dourar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/54042-esfiha-de-gluten.html>