

TORTA DE FRANGO E ABOBRINHA

INGREDIENTES

1 cebola picada
2 colheres (chá) de azeite
2 abobrinhas raladas
Tomilho fresco a gosto
300g de peito de frango moído
2 claras
Salsa picada a gosto
2 dentes de alho amassados
1 colher (sopa) de molho inglês
Sal a gosto
1/2 xícara (chá) de farinha de rosca
2 colheres (sopa) de queijo ralado
1 pitada de paprica doce

MODO DE PREPARO

Refogue a cebola no azeite, junte a abobrinha e o tomilho e deixe cozinhar.

Reserve.

À parte, misture bem o frango moído, a clara, a salsa, o sal, a farinha de rosca, o parmesão e a páprica.

Forre o fundo do refratário com metade da mistura da farinha de rosca, queijo parmesão e a páprica doce.

Acrescente a massa de frango e leve para assar.

Retire e coloque por cima da abobrinha refogada e o restante da farinha e leve ao forno médio por mais 5 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/54961-torta-de-frango-e-abobrinha.html>