

COXINHA LOW CARB

INGREDIENTES

1 fio de azeite
1 cebola picada
5 dentes de alho picado
1 tomate picado
500 g de peito de frango desfiado
sal a gosto
pimenta-do-reino a gosto
cheiro-verde a gosto
1 couve-flor picada
150 g de creme de ricota
100 g de queijo meia cura ralado
1 xícara de farinha de linhaça

MODO DE PREPARO

Em uma frigideira, aqueça 1 fio de óleo e reogue a cebola e o alho picado
Adicione o tomate e deixe refogar um pouco
Acrescente o frango desfiado, o sal, a pimenta
Transfira essa mistura para um processador e acrescente a couve
Bata tudo muito bem até formar a massa da coxinha
Em outra tigela misture o creme de ricota com o queijo meia cura ralado
Pegue um pedaço da massa e abra na mão
Recheie com a msitura de creme de ricota com queijo e feche, formando uma coxinha
Passe as coxinhas na farinha de linhaça
Coloque as coxinhas em uma forma e leve ao forno preaquecido (180° C) por cerca de 35 minutos

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/7385-coxinha-low-carb.html>