

# NUGGETS VEGANOS

## INGREDIENTES

1 lata de milho com a água  
1 cenoura pequena  
1/2 cebola picada  
2 dentes de alhos amassados  
3 colheres (sopa) de óleo ou azeite  
2 colheres (sopa) de cheiro verde picado  
sal a gosto  
pimenta-do-reino a gosto  
4 colheres (sopa) de fubá  
4 colheres (sopa) de farinha de trigo  
óleo para fritar  
farinha de rosca para empanar

## MODO DE PREPARO

Bata o milho com a água e a cenoura no liquidificador, até formar uma pasta  
Doure o alho e a cebola no azeite ou óleo  
Acrescente a pasta, o cheiro verde, a farinha de trigo, o sal, a pimenta e o fubá no refogado  
Misture bem e cozinhe em fogo baixo  
Mexe sempre até soltar da panela  
Desligue o fogo e deixe esfriar  
Faça bolinhos e passe na farinha de rosca  
Frite em óleo até dourar dos dois lados

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/8151-nuggets-veganos.html>