

PANQUECA COLORIDA

INGREDIENTES:

- 1 xícara de leite
- 8 colheres de sopa de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de óleo
- 3 ovos
- 1 pitada de sal
- 1 xícara de cenoura ralada (para a massa cor de laranja) ou
- 1 xícara de beterraba ralada (para a massa Pink) ou
- 3 folhas de couve picadas para a massa verde

MODO DE PREPARO:

Bata todos os ingredientes no liquidificador e reserve.
Aqueça uma frigideira teflon e unte com óleo. Coloque uma concha pequena de massa, em quantidade suficiente para forrar o fundo da frigideira com uma camada fina. Deixe fritar dos dois lados e retire do fogo. Reserve as massas.

TEMPO DE PREPARO: 15 minutos

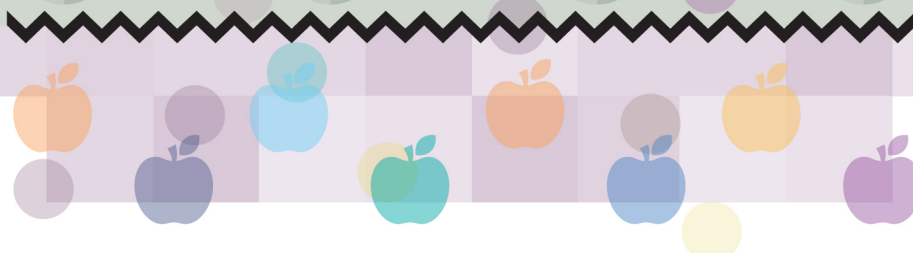
DICAS: Rechear como quiser

RENDIMENTO: 4 a 5 porções

FÁCIL/ MÉDIO/ DIFÍCIL: fácil



RECEITAS COISA DE NUTRI



www.coisadenutri.com.br