



RECEITA BOLINHO DE FRANGO



GABRIELLE
HORANA

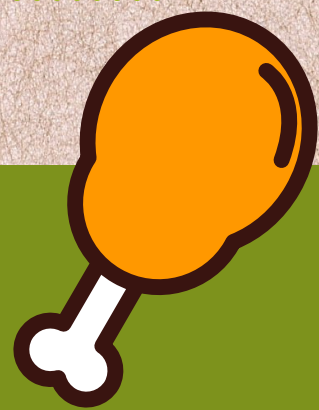
Ingredientes

1 batata inglesa média (100g)
100g de frango
1 colher de sopa de aveia
1 colher de sopa de cebola picadinha
1 colher de sopa de cenoura ralada
2 dentes de alho picados
1 pitada de sal
Tempero a gosto (pode ser chimichurri)

Modo de preparo:

Misture o frango com a cebola e o coentro, em seguida adicione a batata amassada, cenoura, aveia e o resto dos temperos. Faça bolinhas e leve a airfryer e retire quando estiver bem douradinho.

Obs: Você pode fazer também no forno, o tempo vai depender da potência do seu aparelho, fique olhando aos poucos e retire quando estiver douradinho.





Escondidinho de frango



GABRIELLE
HORANA

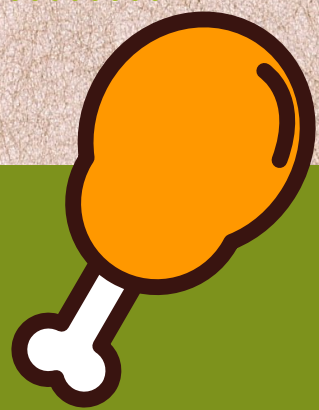
Ingredientes

1 kg de macaxeira cozida
1 lata de creme de leite
6 colher de sopa de leite em pó
500g de frango desfiado
Requeijão à gosto
Mussarela à gosto

Modo de preparo:

Aos poucos, bata a macaxeira no liquidificador com a água do cozimento e o leite. Despeje numa panela, acrescente o creme de leite e o sal. Deixe cozinhar até a consistência desejada.

Leve o frango ao fogo com cebola, alho e azeite até ficar bem dourado. Num refratário de vidro, coloque uma camada do creme de macaxeira, uma de frango, o requeijão e finalize com a macaxeira. Por cima, cubra com queijo mussarela e leve ao forno alto apenas pra derreter o queijo.





GABRIELLE
HORANA

Bolo de cenoura

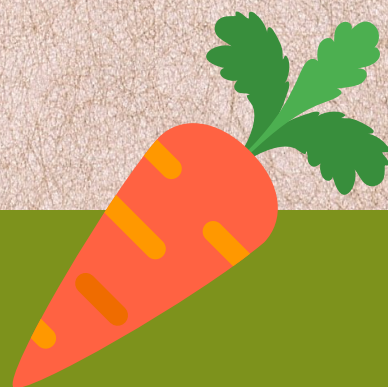
Ingredientes

2 cenouras médias sem casca
4 ovos
2 xícaras de aveia em flocos
1/2 xícara de açúcar demerara
1/3 de xícara de óleo de coco ou azeite
1 colher de sopa de fermento

Modo de preparo:

Bata num liquidificador os ovos, a cenoura, o açúcar, a aveia e o óleo de coco ou azeite até ficar uma massa homogênea.

Adicione o fermento e misture com uma colher. Coloque numa forma pequena untada. Leve ao forno pré-aquecido a 200 graus por cerca de 25 á 30 min.





GABRIELLE
HORANA

TORTA SALGADA

Ingredientes

Massa:

1 xícara de aveia

2 ovos

1/2 xícara de azeite

1 colher de sopa de fermento

Sal e pimenta a gosto

Modo de preparo:

Pique cenoura, azeitona, cebola frango picado ou desfiado (ou atum ou carne moída ou sardinha).

Triture todos os ingredientes da massa no liquidificador. Depois encha em uma travessa untada com metade da massa. Jogue sobre metade da massa todos os ingredientes do recheio picadinhos e depois cubra com o restante da massa. Leve ao forno preaquecido a 180 graus por cerca de 45 minutos. Faça o teste do palito. Quando sair sem grudar, a massa estará pronta!

