Panqueca low carb de carne moída

Ingredients

3 colheres de sopa de azeite

1/2 cebola picada

3 dentes de alho picados

250 gramas de carne moída

Sal a gosto

Páprica doce a gosto

8 colheres de sopa de molho de tomate

Colorau a gosto

Salsinha e cebolinha a gosto

Preparo

Reúna todos os ingredientes;

Em uma panela, aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho;

Acrescente a carne moída, mexa e tempere com sal e páprica. Deixe refogar até sumir o vermelho da carne;

Adicione 5 colheres de sopa de molho de tomate e o colorau. Refogue mais;

Polvilhe a salsinha e a cebolinha sobre a carne e reserve;

Bata todos os ingredientes da massa no liquidificador por cerca de 3 minutos;

Em fogo baixo, esquente o azeite na frigideira e despeje um pouco da massa, deixando-a bem fininha. Quando começar a dourar, vire e frite o outro lado. Repita o processo até a massa acabar;

Com os discos de panqueca abertos, coloque o recheio, enrole e reserve em um recipiente;

Regue as panquecas com o restante do molho de tomate e polvilhe queijo ralado por cima e sirva. Bom apetite!