Patê de ovo fit

Ingredients

2 ovos grandes

500 ml de água (ou o suficiente para cozinhar)

1 colher de sopa de requeijão light

1/2 colher de chá de sal (ou a gosto)

Cebolinha a gosto

Preparo

Reúna os ingredientes para preparar esse rápido e saboroso patê de ovo fit;

Despeje a água em uma panela grande no fogo baixo e coloque os ovos com cuidado. Quando começar a cozinhar, conte cerca de 5-10 minutos ou conforme o seu gosto (caso goste de uma gema mais mole, deixe menos tempo, gema mais dura, mais tempo);

Quando estiver cozido, descasque os ovos e transfira-os para uma tigela. Utilize um garfo e amasse-os;

Pique a cebolinha finamente e adicione-a na tigela com os ovos amassados. Incorpore o requeijão e o sal. Misture até ficar bem cremoso;

Sirva o patê de ovo fit com torradinhas e pães fresquinhos no seu café da manhã. Bom apetite!