#### Panini low-carb

**Ingredientes:**

|  |
| --- |
| 70g (4 cs) de requeijão cremoso ou creme de leite |
| 2 ovos |
| 10g (2 cc) de fermento em pó |
| 20g (2 cs) de queijo parmesão ralado (opcional) |
| Sal e temperos a gosto |
| Manteiga ou azeite para untar |

**Preparo:**

|  |
| --- |
| Misturar todos os ingredientes em uma tigela; |
| Untar com azeite uma forma que possa ir ao microondas com cerca de 15 cm de diâmetro; |
| Despejar a massa na forma untada; |
| Levar ao microondas por cerca de 3 minutos; |
| Desenformar e rechear conforme sua preferência; |
| Fechar o panini com os ingredientes dentro e levar à frigideira (ou sanduicheira); |
| Fritar cada um dos lados até que fiquem douradinhos; |
| Servir. |