MUFFIN SALGADO LOW CARB

INGREDIENTES

145 g de farinha de amêndoas

90 ml de leite de amêndoas (ou metade de creme de ricota Président e metade água)

2 ovos

1/2 colher (sopa) de fermento em pó

100 g de queijo mussarela Président picado ou de sua preferência

80 g de peito de peru picado ou de sua preferência

50 g de amendoim torrado (ou castanhas torradas ou outro grão torrado de sua preferência)

1 pitada de sal

pimenta e temperos a gosto

azeitonas picadas a gosto (opcional)

gergelim a gosto (opcional)

MODO DE PREPARO

Preaqueça o forno a 180°C

Adicione o leite de amêndoas (ou o creme de ricota ou água) e os ovos, mexa bem até ficar uniforme

Coloque os moldes de papel em forminhas de formato de muffin (empada)

Decore com um pouco de queijo e gergelim (opcional)

Retire do forno e deixe esfriar por 10 minutos

Aproveite

Receita enviada por Sheila Reinaldo Sousa Rocha

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitafacilrapida.com.br/receita/2813-muffin-salgado-low-carb.html