

QUIBE DE QUINOA

INGREDIENTES

2 xícaras de quinoa

500 g de carne moída

1 ovo

1 maço de hortelã

1 cebola

Sal, pimenta e azeite a gosto

Ricota ou creme de ricota para rechear

MODO DE PREPARO

É recomendável (opcional) deixar a quinoa germinando de molho em água com vinagre de 8 a 12 horas para remoção das toxinas das cascas

Cozinhe a quinoa com um copo de água em fogo baixo até a água secar

Bata no processador ou liquidificador a cebola e a hortelã

Junte em uma tigela a carne, a quinoa cozida, a cebola com hortelã, o ovo, sal e pimenta

Unte com azeite um refratário e adicione metade da massa formando, uma camada

Depois, espalhe o recheio, regue com azeite e adicione outra camada com o restante da massa

Faça marcas para corte com a faca se quiser

Leve ao forno por 30 minutos coberto com papel alumínio

Depois, retire o papel alumínio e deixe mais uns 20 minutos até a água secar e dourar em cima

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitafacilrapida.com.br/receita/4898-qui-be-de-quinoa.html>