

# RECHEIO DE PANQUECA DE ESPINAFRE

## INGREDIENTES

- 1 maço de espinafre
- 1 colher (sopa) de óleo
- 1 colher de sopa de manteiga
- 1/2 cebola média
- 2 colheres (chá) de tempero em pó

## MODO DE PREPARO

Limpe o espinafre, lave

Esquente o óleo junto com a manteiga e refogue a cebola ralada

Ponha o espinafre sobre a cebola refogada, polvilhe o tempero em pó, mexa bem, tampe a panela e deixe cozinhar, em fogo baixo, no próprio suco por 10 minutos

Recheie as panquecas com esta mistura e sirva bem quente

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitafacilrapida.com.br/receita/622-recheio-de-panqueca-de-espinafre.html>