

Torta integral de brócolis

Ingredientes

Massa:

1 ovo

1 pitada de sal

1 xícara (chá) de farinha integral

2 ou 3 colheres (sopa) de óleo

1 xícara (chá) de leite

1 ½ xícara (chá) de farinha de trigo

1 colher (sopa) rasa de fermento

Recheio:

4 ovos

1 xícara (chá) de creme de leite

1 xícara (chá) de requeijão cremoso Stefanello

1 xícara (chá) de queijo mussarela Stefanello em fatias

1 xícara (chá) de queijo colonial Stefanello ralado

200 gramas de peito de frango em cubos frito

4 colheres (sopa) de óleo

Brócolis médio cozido e picado

1 tomate em cubos

½ cenoura ralada

Páprica e temperos verdes a gosto.

Orégano a gosto.



Preparo

Massa:

Em uma tigela, misture todos os ingredientes até formar uma massa bem firme. Forre o fundo e a lateral de uma forma com aro removível com essa massa e reserve.

Recheio:

Frite o frango com o óleo, acrescente a cebola, a cenoura, o tomate e no final o brócolis e os temperos. Desligue o fogo. Acrescente os ovos, o creme de leite e o requeijão. Coloque metade do recheio sobre a massa. Coloque uma camada de queijo em fatias e o restante do recheio. Cubra com queijo ralado e orégano. Leve ao forno médio por aproximadamente 40 minutos ou até firmar.



Fácil