

# EMPADÃO VEGANO

## INGREDIENTES

### MASSA

240 g de palmito pupunha  
150 g de vagem bem picadinha  
1 lata de seleta de legumes  
50 g de azeitona preta fatiada  
100 g de cebola  
30 ml de azeite  
2 g de orégano  
120 ml de água  
1 colher (sopa) de amido de milho  
sal a gosto  
pimenta-do-reino a gosto  
Massa: 1 caixinha de grão-de-bico  
20 ml de azeite  
sal a gosto  
3 g de cúrcuma  
150 g de farinha de arroz  
60 ml de água

## MODO DE PREPARO

Para o recheio, refogue a cebola com azeite  
Acrescente o palmito, a vagem, a cenoura e o orégano; cozinhe com a água até que fique ao dente  
Coloque o amido de milho dissolvido em um pouco de água, mexendo sempre até incorporar no recheio  
Acrescente a azeitona e desligue o fogo  
No processador, coloque o grão  
Na tigela com a farinha de arroz, adicione a mistura e mexa com a ajuda das mãos até formar uma massa firme  
Forre o fundo de pequenos recipientes com parte da massa  
Coloque o recheio  
Cubra com uma outra parte da massa  
Leve forno preaquecido a 180

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/10472-empadao-vegano.html>