

OMELETE FITNESS

INGREDIENTES

2 ovos

cebola a gosto

tomate a gosto

cheiro-verde a gosto

pimenta de cheiro a gosto

2 colheres (sopa) de flocos finos de aveia

MODO DE PREPARO

Misture tudo em um recipiente

Despeje na frigideira antiaderente ou coloque um fio de azeite de oliva

Doure os dois lados e pronto para servir

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/12413-omelete-fitness.html>