

# TORTA LOWCARB DE FRANGO E BRÓCOLIS

## INGREDIENTES

1 peito de frango desfiado  
1 brócolis cozido e esmagado  
4 ovos  
tempero verde a gosto  
pimenta preta a gosto  
sal somente para cozinhar o frango e o brócolis  
chimichurri a gosto  
1 colher (sopa) de fermento

## MODO DE PREPARO

Misture tudo deixando o fermento por último  
Deixe assando por 20 minutos no forno elétrico a 150° C

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/1889-torta-lowcarb-de-frango-e-brocolis.html>