

EMPADÃO VEGETARIANO

INGREDIENTES

500 g de farinha de trigo
1 sachê de fermento biológico
1/4 de gordura vegetal na temperatura ambiente
2 colheres (sopa) de óleo
1 caixa de creme de leite
1 pacote de queijo parmesão ralado
colorau, manjerição, sal, cominho a gosto
1 colher (sopa) de linhaça
1 lata de ervilha
1 lata de milho verde
alho, cebola, tomate e pimentão a gosto
1 colher de açúcar
1 maionese pequena

MODO DE PREPARO

Amasse o fermento, a gordura vegetal, o açúcar e a linhaça com um garfo numa bacia
Quando estiver grudando demais, amasse a massa com as mãos e vá adicionando farinha de trigo
Caso queira pode colocar sal, colorau e manjerição na massa a fim de dar mais sabor
A massa do empadão deve ser sovada numa superfície até ficar mais consistente
Depois coloque numa sacola e leve a geladeira por duas horas
Passado esse tempo, retire a massa da geladeira e sove mais
Ela é uma massa um pouco pesada
Abra a massa, forre a forma, coloque o recheio e tampe com a massa restante
Sugestão de recheio
Acrescente o milho verde, a ervilha e tempere a gosto
Depois adicione a maionese ou o creme de leite, o restante do queijo parmesão e deixe esfriar
Depois de montado o empadão, cubra com o papel alumínio e deixe no forno por 30 minutos, retire o papel
Então, deixe mais 10 minutos para dourar
Coma morno

Os ingredientes devem estar em temperatura ambiente

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/5829-empadao-vegetariano.html>