

# BIFE DE CENOURA COM AVEIA

## INGREDIENTES

3 cenouras grandes

100 g de aveia em flocos finos

100 g de farinha de aveia

sal a gosto

cebola picadinha a gosto

salsa, coentro e outros temperos a gosto

## MODO DE PREPARO

Rale as cenouras bem fininhas ao ponto da água da própria cenoura servir para molhar a massa

Misture bem todos os ingredientes

Espalhe um pouco da massa e deixe com uma altura de aproximadamente meio centímetro

Polvilhe antes o local com um pouco de aveia em flocos finos para não grudar

Use um objeto para dar forma ao bife, pode ser um copo, por exemplo

Se achar que a massa está muito mole acrescente um pouco mais de aveia

Em seguida leve os bifos para grelhar em uma frigideira antiaderente com um pouco de margarina

Deixe em fogo baixo e vire os bifos até ficarem grelhados

Bom apetite

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/8102-bife-de-cenoura-com-aveia.html>