



BOLO DE CARNE MOÍDA

INGREDIENTES

Alho - 3 dentes
Carne moída - 500g
Cebola - 1 unidade grande
Farinha de Trigo - 6 colheres (sopa)
Leite UHT ou Leite em Pó diluído - ½ xícara
Margarina - 1 colher (sopa)
Ovo - 5 unidades
Sal - o mínimo
Salsa - a gosto

MODO DE FAZER

Em um recipiente coloque a carne moída e o sal.
Acrescente o leite aquecido, alho, cebola, margarina, farinha de trigo, quatro gemas e por último, quatro claras em neve.
Em uma assadeira untada, modele o bolo e leve ao forno para assar.
Depois de pronto, desenforme e decore com ovo cozido (o 5º) e salsa.

RENDIMENTO

15 porções

Equipe Técnica de Nutricionistas
Núcleo de Alimentação Escolar/SMEd