



## **HAMBURGUER**

### **INGREDIENTES**

Alho - a gosto  
Carne moída - 1 kg  
Farinha de Trigo - o suficiente  
Orégano - a gosto  
Ovos - 3 unidades  
Sal - o mínimo

### **MODO DE FAZER**

Misture bem todos os ingredientes.  
Agregue farinha o suficiente para poder dar forma e modele em hambúrgueres.  
Em usa assadeira, disponha-os levando ao forno até que assem.  
\*Pode ser decorado com rodela de tomate e cebola.

### **RENDIMENTO**

30 porções

**Equipe Técnica de Nutricionistas**  
**Núcleo de Alimentação Escolar/SMEd**