

DIA 16

TÁ SOBRANDO ARROZ NA GELADEIRA?

A **Juliana Nabarrete** compartilhou com a gente uma ótima receita de Torta de Arroz.

INGREDIENTES:

240 ml de leite

120 ml de óleo

10 g de fermento químico

Sal quanto baste

3 ovos

50 g de queijo parmesão ralado

Sobras de arroz até dar o ponto na massa (+- 700 g)

PREPARO

Coloque os ovos, o leite, o óleo, o fermento, o queijo parmesão e o sal no liquidificador.

Com o liquidificador ligado, vá adicionando o arroz aos poucos até dar o ponto na massa, cremosa e que o liquidificador consiga bater.

Coloque numa forma de fundo falso metade da massa, adicione o recheio de sua preferência (legumes salteados, sardinha, frango desfiado, cogumelos salteados, carne seca desfiada etc.)

Por cima, despeje o restante da massa, polvilhe um pouco de queijo parmesão e leve ao forno por cerca de **30 minutos**. Quando estiver morna, desenforme. Esta torta deve ser consumida no dia, já que sua textura muda depois de fria e temos que considerar que já é um aproveitamento de arroz.

Dica: Para fazer esta torta, vá guardando sobras de arroz num pote no freezer. Quando tiver uma quantidade razoável você aproveita para fazer a torta. Você também pode misturar qualquer tipo de arroz (branco, integral, etc).

+vida simples