



PROVOPAR-PR
AÇÃO SOCIAL

PANQUECA COM CAMISOLA DE SEDA.

ROSEMEIRE CRISTINA VIEIRA

Massa

6 colheres de sopa de farinha de trigo
1 colher de café de sal
1 copo e meio de leite
2 ovos
Ajinomoto a gosto.

Recheio

500 gr de carne moída ou 500 gr de frango desfiado
1 cebola média picada
2 dentes de alho amassados
2 colheres de óleo
Sal e pimenta do reino a gosto

Molho

1 lata de massa de tomate pequena
Mesma medida de água
1 cebola pequena picada
2 colheres de óleo
Sal e pimenta a gosto

Modo de fazer

Numa panela coloque o óleo, o alho, a cebola e refogue a carne e reserve.
Numa panela coloque o óleo, doure a cebola e adicione a massa de tomate, a água o sal e a pimenta e deixe ferver por instantes, desligue e reserve.
No liquidificador bata o leite, os ovos o sal e por ultimo o trigo a ficar uma massa bem fina.
Aqueça uma frigideira untada com óleo, estanhe a massa na frigideira e doure os dois lados, retire.
Coloque o recheio uma das extremidades e enrole. Coloque numa refrataria uma panqueca seguida à outra e cubra com molho quente. E pronto!
Bom apetite!

