



HAMBÚRGUERES DE ARROZ E CENOURA



Ingredientes

- 2 chávenas de sobras de arroz (branco cozido ou risotto)
- 1 chávena de cenoura finamente ralada
- 1 cebola pequena
- 1/4 de chávena de salsa picada
- 1 colher de orégãos
- 1/4 de chávena de farinha
- óleo vegetal
- sal e pimenta a gosto



Confeção

1. Num recipiente, misture todos os ingredientes, colocando por último a farinha.
2. Os hambúrgueres estão no ponto ideal quando a massa já não se colar às mãos.
3. Caso seja necessário, coloque um pouco mais de farinha, para conseguir modelar mais facilmente.
4. Unte uma frigideira com óleo vegetal e leve ao lume e coloque os hambúrgueres, virando até estarem dourados.



Ainda tem aquela
sobra de vegetais
cozidos no frigorífico?

Refogue-os num
pouco de azeite e
sirva a acompanhar!



1 descarregue a receita
em poiaresqb.pt



2 cozinhe



3 fotografe



4 partilhe os seus
dotes #quantobaste



Quanto Baste
para nada faltar
para nada desperdiçar



BOLINHOS DE ARROZ



Ingredientes

- sobras de arroz cozido
- farinha
- pão ralado
- 1 ovo (batido)
- queijo mozarela
- óleo para fritar



Confeção

1. Molde uma bolinha com o arroz, abra um buraco, coloque dentro um pedaço de queijo e volte a fechar.
2. Repita até usar todo o arroz.
3. Passe as bolas pela farinha, depois, pelo ovo, e, finalmente, pelo pão ralado.
4. De seguida, aqueça o óleo bem quente, baixe o lume e frite as bolinhas até ficarem douradas.
5. Retire e coloque sobre papel absorvente, para retirar o excesso de óleo.



1 descarregue a receita em poiaresqb.pt



2 cozinhe



3 fotografe



4 partilhe os seus dotes #quantobaste



Quanto Baste
para nada faltar
para nada desperdiçar