



## Bolo de carne moída no forno

[www.receitasdafia.com/receitas/bolo-de-carne-moída-no-forno](http://www.receitasdafia.com/receitas/bolo-de-carne-moída-no-forno)

Bolo de carne moída no forno

 1h e 30 min

 6 porções

### Ingredientes

- 1kg de carne moída (pode ser bovina, suína ou mista)
- 1 ovo
- 1 cebola picada ou ralada
- 1 colher de (sopa) de óleo
- 1 colher de chá de shoyu ou molho inglês
- ½ xícara de aveia em flocos finos
- ½ xícara de molho de tomate pronto
- ½ colher de chá de sal
- cheiro verde a gosto

### Modo de Preparo

1. Leve ao fogo uma frigideira com o óleo ou azeite.
2. Quando o óleo estiver quente adicione a cebola picada e refogue por 2-3 minutos, mexendo de vez em quando, até ficar macia e começar a dourar.
3. Bata o ovo e adicione a cebola refogada e os restantes ingredientes, o shoyu ou molho inglês, a aveia, metade do molho de tomate, a salsinha, o sal e a carne moída. Misture tudo com as mãos até obter uma massa consistente.
4. Coloque a carne moída sobre uma folha de papel manteiga e modele num formato alongado.
5. Coloque a carne com o papel manteiga numa forma de pão ou de bolo inglês ou coloque numa assadeira.
6. Pincele com o restante molho de tomate na carne para ficar mais saborosa.
7. Leve para assar no forno nos 190-200°C por 1 hora ou até dourar, sem cobrir com papel alumínio.
8. Retire do forno e sirva com salada.

Bom apetite!