



RECEITAS DA FIA

Quiche de Carne Moída com Legumes

www.receitasdafia.com/receitas/quiche-de-carne-moída-com-legumes

Aprenda a fazer essa receita maravilhosa para receber aquela visita especial ou até mesmo para a sua família se deliciar. Além de gostoso é super fácil e saudável!

 60 min

 10 porções

Ingredientes

MASSA DE CARNE

- 1,5kg de [carne moída](#)
- 1 envelope de [creme de cebola](#)
- 1 [ovo](#)
- 3 colheres (sopa) de [maionese](#)
- 2 colheres (sopa) de [farinha de rosca](#)
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- Azeite de oliva para unta

RECHEIO

- 2 ovos
- 1 caixa de [creme de leite](#)
- 1 xícara (chá) de [requeijão](#)
- 1 xícara (chá) de [vagem](#) cozida e picada
- 1 [cenoura](#) cozida em cubos
- 1/2 xícara (chá) de [ervilha](#) congelada
- 1/2 xícara (chá) de [milho verde](#)
- 1 talo de [alho-poró](#) fatiado
- 1 xícara (chá) de queijo [mussarela](#) ralado
- Sal, pimenta-do-reino a gosto
- Cheiro-verde picado a gosto

Modo de Preparo

1. Em uma tigela, misture a carne, os ovos, o creme de cebola, a cebola e a farinha de rosca.
2. Tempere com sal, pimenta e cheiro-verde. Misture formando uma massa homogênea.
3. Forre o fundo e lateral de uma fôrma de aro removível de 24cm de diâmetro untada.
4. Leve ao forno médio 180° C, preaquecido, por 10 minutos.
5. Para o recheio, em uma tigela, misture com um batedor de arame os ovos, o creme de leite e o requeijão.
6. Junte o restante dos ingredientes e espalhe sobre a carne.
7. Volte ao forno por mais 30 minutos ou até firmar e dourar.
8. Sirva em seguida.
9. Se preferir pode fazer outro tipo de recheio como 4 queijos, ricota com alho poró entre outros, vai do seu gosto e criatividade.