

Fritatta de espinafres e ricotta

Ingredientes

- 6 ovos
- 1 dente de alho picado
- Tomate cherry
- Alho francês
- Espinafres
- Curgete
- Ricotta
- Azeite q.b
- Sal q.b
- Pimenta q.b

Receita para
4 pessoas

Modo de fazer

- Coloque uma frigideira ao lume com um pouco de azeite e o alho picado. Junte o alho francês em lâminas, os espinafres e a curgete em fatias finas. Salteie, retire do lume e reserve;
- Bata os ovos e na mesma frigideira coloque um pouco de azeite e junte os ovos;
- Junte os vegetais salteados e coloque o tomate cherry por cima
- Junte a ricotta e leve ao forno a 200° C durante 5 a 10 minutos;
- Sirva e acompanhe com uma salada de alface e tomate cherry.

Calorias receita: 178 kcal (p/ pessoa)

Preço aproximado: 1,40 € (p/ pessoa)

Receita do mês de Julho 2022

