



*Receitinhas*

# BOLINHO ASSADO DE BATATA DOCE

## INGREDIENTES:

- 2 batatas-doces bem lavadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara (chá) de quinoa já cozida
- 1 fio de azeite
- salsinha picada a gosto
- 1 colher (chá) de curry
- sal

## MODO DE PREPARO:

Preaqueça o forno em 220°. Leve as batatas-doces para cozinhar com a casca até que estejam bem macias. Escorra e descasque. Em uma tigela coloque as batatas e amassa-as. Junte os ovos, o curry, a quinoa cozida, e a salsinha picada. Por fim adicione o azeite e o sal. Misture tudo muito bem até obter uma massa firme e temperada por igual. Modele os bolinhos no formato que desejar (bolinhas ou mini hambúrgueres) e ajeite sobre a assadeira levemente untada com um fio de azeite. Leve para assar por 15 minutos, depois retire do forno, vire os bolinhos e torne a assar por mais 15 minutos. Sirva quente.





[www.vanessamigray.com.br](http://www.vanessamigray.com.br) 

[vanessamigraynutricionista](#)  

[nutricionista@vanessamigray.com.br](mailto:nutricionista@vanessamigray.com.br) 

