

BOLINHAS DE FEIJÃO



INGREDIENTES

- 400 G DE FEIJÃO (PODE SER FEIJÃO FRADE, PRETO, BRANCO, VERMELHO)
- 150G DE PÃO RALADO
- ÓREGÃOS, NOZ-MOSCADA, ALHO EM PÓ E SAL Q.B.

CONFEÇÃO

1. Utilize a lâmina picadora. Coloque na taça todos os ingredientes. Seleccione vel. 12 durante 2 minutos, parando de vez em quando para retirar das paredes a mistura. Misture até obter um preparado homogéneo e consistente que permita formar bolinhas. Se necessário adicionar mais azeite ou pão ralado.
2. De seguida, leve as bolinhas ao forno a 180°C durante 15 a 20 minutos. Pode também aquecer uma frigideira antiaderente com um fio de azeite e colocar as bolinhas, deixando fritar cerca de 3 minutos.
4. Receita adaptada de <http://www.centrovegetariano.org/receitas/Article-716-Bolinhas-de-feij-o.html>.