

## **Bolo salgado**

por Nutricionista Michele Fracalossi

---

### **Ingredientes:**

- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo integral;
- 3 ovos;
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó;
- 1 xícara (chá) de óleo de soja;
- 1 xícara (chá) de queijo minas ralado;
- 1 tomate;
- ½ xícara (chá) de milho;
- ½ xícara (chá) de ervilha;
- ½ xícara (chá) de peito de peru ou chester ou blanquet ralado;
- Sal e pimenta à gosto.

## **Bolo salgado**

por Nutricionista Michele Fracalossi

---

### **Preparo:**

Bater no liquidificador os ovos, a farinha e o óleo. Adicionar o queijo minas ralado, o peito de peru ou chester ou blanquet ralado, o tomate picado, o milho e a ervilha. Misturar levemente o fermento químico em pó, o sal e a pimenta. Coloque a mistura em uma forma untada e leve ao forno a 180°C por aproximadamente 35 minutos, ou até dourar.