

RECEITA DA SESSÃO

WAFFLES VERDES

Ingredientes:

- 150g de farinha
- 200ml de leite ou bebida vegetal
- 2 ovos
- 40g de espinafres
- Uvas verdes
- Mel



Modo de Preparação:

- Com ajuda de uma varinha mágica, misturar o leite, os ovos e a farinha. Triturar até obter uma mistura homogênea.
- Adicionar os espinafres e triturar.
- Verter a massa numa frigideira ou máquina de waffles e fazer as panquecas ou os waffles.
- Servir com algumas uvas e um fio de mel.

