

Calzones de vegetais e ovo

Vegetariano —    30 min  4 pessoas

chef.continente.pt/receitas/calzones-de-vegetais-e-ovo



Ingredientes

500 g de riced veggies tricolor Continente
1 c. sopa de manjeriço picado
4 embalagens de massa de piza redonda
4 c. sopa de tomate frito
4 queijos mozzarella
5 ovos

Confeção

1. Cozinhe os riced veggies segundo as instruções da embalagem até ficarem tenros.
2. Escorra-os e polvilhe-os com o manjeriço picado.
3. Abra as massas de piza e em cada uma delas espalhe 1 c. sopa de tomate frito.
4. Em seguida coloque um pouco da mistura de riced veggies, de modo a cobrir meio círculo da massa.
5. Em cima dos riced veggies disponha um queijo mozzarella fatiado e um ovo inteiro aberto.
6. Feche as massas com a outra metade do círculo e pincele-as com o restante ovo batido.
7. Leve as calzones ao forno pré-aquecido a 180°C por cerca de 20 minutos ou até a massa estar cozida e dourada.