

Hambúrguer à Milanese



Ingredientes

- 250 gr de coxão-mole moído(s)
- quanto baste de pimenta-do-reino branca
- 1 unidade(s) de ovo
- 1/2 unidade(s) de cebola ralada(s)
- 3 colher(es) (sopa) de farinha de rosca
- quanto baste de óleo de soja

Como fazer

1. Misture bem todos os ingredientes e modele seis hambúrgueres.
2. Passe os hambúrgueres na farinha de rosca torrada e coloque-os um ao lado do outro em um refratário raso.
3. Leve ao microondas por 6 minutos na potência alta.
4. Retire,tampe e aguarde 5 minutos em tempo de espera.
5. Sirva puro ou com tomate e queijo prato fatiado.

Obs.

Para torrar farinha de rosca,coloque cinco colheres (sopa) de farinha em um refratário e leve ao microondas por 4 a 6 minutos na potência alta,mexendo a cada minuto.

<http://www.cybercook.com.br/receita-de-hamburguer-a-milanesa-r-3-4282.html>

São Paulo, SP, 31 Janeiro de 2017

Mkmouse