

Salgado Maromba

Ingredientes:

- 100g de peito de frango grelhado
- 100g de batata doce, ou de aipim, ou brócolis cozidos
- 4 colheres de sopa de aveia em flocos finos
- 1 ovo inteiro
- 1 tomate
- 1 cebola
- Alho bem picadinho
- Sálvia e cebolinha a gosto.

Modo de preparo:

Cozinhe o peito de frango com o tomate, a cebola, e os temperos. Assim que estiver pronto desfie bem. Após, pique a batata doce em pedaços pequenos. Em uma vasilha misture o frango, a batata doce, o ovo e a aveia, forme bolinhas e ponha para assar em forno pré-aquecido por 40 minutos.

