

Campanha vacinação meningo C



**PARA OS
PROFISSIONAIS DA
SAÚDE**

**TRAZER CARTEIRA DE
VACINAÇÃO**

**SEGUNDA A SEXTA
DAS 7H ÀS 13H**



**PREFEITURA DE
DRACENA**
CIDADE MILAGRE



**Policlínica
Municipal
São
Cristovão**

CULINÁRIA

TORTA INTEGRAL DE ATUM

INGREDIENTES

MASSA:

- 1- 2 ovos
- 2- 2 xícara de trigo integral
- 3- 1 xícara de leite
- 4- 1/2 xícara de óleo de girassol
- 5- 1 xícara de aveia fina
- 6- 1 colher (sopa) de fermento
- 7- sal a gosto

RECHEIO:

- 1- 1 cebola picada
- 2- 1 tomate picado
- 3- 2 ovos cozidos picados

- 4- 2 lata de atum natural moído

- 5- 1 colher de cheiro-verde

- 6- sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO MASSA:

- 1- Coloque todos os ingredientes no liquidificador menos o fermento e bata tudo até ficar bem homogêneo.

- 2- Depois acrescente o fermento e bata rapidamente só para misturar a massa com o fermento.

RECHEIO:

- 1- Misture todos os ingredientes numa tigela e mexa até todos se incorporarem.

- 2- Em uma forma média unte com azeite coloque metade da massa espalhe o recheio todo por ela, acrescente o restante da massa, polvilhe se quiser orégano por cima para dar um gostinho especial.

- 3- Leve ao forno médio por mais ou menos 40 a 45 minutos.

Bom apetite!

