

VEM AÍ ...

JANEIRO 2023

O MAIOR CAMPEONATO DE FUTSAL DA REGIÃO

53º CAMPEONATO DE FÉRIAS

**DRACENA
2023**

REALIZAÇÃO



**PREFEITURA DE
DRACENA**
CIDADE MILAGROS

SECRETARIA DE
ESPORTES, LAZER
E JUVENTUDE

INSCRIÇÕES ABERTAS

A PARTIR DO DIA 07 DE NOVEMBRO

OBS: INSCRIÇÕES 02 CESTA BÁSICAS

CULINÁRIA

OMELETE DE FORNO

INGREDIENTES

- 1- 6 ovos
- 2- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 3- 1/2 xícara (chá) de leite
- 4- 1/2 tomate picado sem as sementes
- 5- 1/2 cebola picada
- 6- 1/2 xícara (chá) de seleta de legumes
- 7- azeitona a gosto
- 8- 100 g de mussarela
- 9- 100 g de presunto
- 10- salsinha e cebolinha a gosto
- 11- sal a gosto
- 12- pimenta-do-reino a

gosto

- 13- orégano a gosto

MODO DE PREPARO

1- Em uma copo junto o leite com a farinha de trigo, mexa até dissolver e reserve.

2- Em uma tigela coloque os ovos e, com o auxílio de um batedor, misture-os.

3- Adicione a mistura do copo reservado e mexa.

4- Acrescente a cebola picada, a seleta de legumes, as azeitonas, o tomate picado sem as sementes, a mussarela, o presunto, a salsinha e a cebolinha, o orégano, a pimenta-do-reino e o sal; misture.

5- Em uma assadeira untada com manteiga e farinha despeje os ingredientes da tigela.

6- Leve para assar em forno preaquecido a 180° C por 30 minutos.

