

## **QUIBE FIT**

### **Ingredientes:**

- 1/2 kg de patinho moído
- 1 ovo
- +- 100/150g de trigo pra quibe já hidratado
- Sal a gosto
- Chimichurri a gosto
- Cebola desidratada a gosto
- Hortelã picadinho a gosto
- Caldo de 2 limões

\* Você pode variar bem os temperos e usar o que tiver em casa: páprica, pimenta, uma pitada de canela combina muito também.

### **Preparo:**

Em uma vasilha, misture bem a carne com o ovo e os temperos, adicione o trigo já hidratado e o caldo dos limões, misture bem! Em uma forma coloque a massa e leve ao forno por em média 25 minutos a 200°.