



## PONTO VERDE COMÉRCIO DE PRODUTOS NATURAIS LTDA.

Rua do Estilo Barroco, 442 – Santo Amaro – 04709-011 – São Paulo – SP  
[www.lojapontoverde.com.br](http://www.lojapontoverde.com.br) - Tel.: (11) 5182-5161

### Bolinhos de Couve Manteiga

#### ***Ingredientes***

1 maço de couve  
2 colheres (sopa) de azeite  
2 colheres (sopa) de manteiga  
sal, pimenta-do-reino e noz-moscada que bastem  
4 ovos  
1/2 xícara (de chá) de leite  
2 xícaras (de chá) de farinha de milho  
150g de molho de tomate (aproximadamente 1 e 1/2 xícara)  
2 colheres (de sopa) de cheiro-verde picado

#### ***Modo de preparo***

Lave bem as folhas de couve e corte-as bem finas.

Escalde com água fervente e escorra a água.

Coloque a couve em seguida numa panela com o azeite e a manteiga, acrescente os ovos batidos, o sal, a pimenta, a noz-moscada, a farinha de milho e o leite, mexendo bem com uma colher-de-pau, para misturar tudo de forma homogênea.

Deixe esfriar um pouco e faça os bolinhos em forma de almôndegas.

Coloque o molho de tomate numa panela, junte um pouco de água, o cheiro-verde e o sal e deixe as almôndegas cozinharem por cerca de cinco a seis minutos, sem mexer.

Sirva bem quente.