

Estou completamente apaixonada por essas Cestinhas de Tapioca.

Imagina receber seus amigos com esse petisco lindo e prático. Além disso, dá pra rechear tanto com ingredientes salgados como também com recheios doces, até mesmo sorvete.

Usem e abusem dessa criatividade meus amores.

Para rechear, escolhi o [Queijo Cottage Lacfree da Verde Campo®](#) que é, também, sem glúten, tem baixo valor calórico, feito com leite certificado, tem pouca gordura e é de alta digestibilidade. Misturei com atum ralado, cebola... e pronto. Ficou maravilhoso.

Esta receita e mais 350 estão no Aplicativo da Cozinha FIT&FAT! Baixe grátis [AQUI!](#)



Vamos à receita?

VERDE CAMPO APRESENTA: CESTINHA DE TAPIOCA

Autor: Nathália Araujo

Categoria: Lanches e Petiscos

Tempo de Preparo: 15 mins

Tempo de Cozimento: 10 mins

Tempo Total: 25 mins

Rendimento: 11 cestinhas

Ingredientes

- 22 c. sopa de tapioca
- 340g de atum ralado
- 200g de queijo cottage lacfree
- 1 c. café de orégano
- 1 c. sopa de azeite de oliva
- ½ c. café de sal rosa
- ½ cebola roxa em tirinhas
- Salsa fresca para decorar a gosto

Como faz?

1. Em um recipiente, misture o atum com cottage, cebola roxa, orégano, azeite, sal rosa. Reserve.
2. Prepare 11 discos de tapioca usando 2 colheres de sopa de goma de tapioca para cada disco.
3. Encaixe os discos em formas de cupcake, modelando tipo uma cestinha. Leve ao forno médio por 10 minutos.
4. Retire da forma e recheie com a pasta de atum com cottage. Decore com salsa fresca! Fica lindo!!

Gostou da receita? Compartilhe esta maravilha!

#cozinhafitefat

[Wordpress Recipe Plugin by EasyRecipe](#)

Atenção: Todas as imagens dos posts são o resultado de um trabalho rotineiro e muito importante para mim. Evite copiar as figuras para usar em seu blog ou site. Caso contrário, peço que use referência.