



Entradas Salgados

## Ovinhos Recheados

15 min.

Fácil

Económico

6 doses

### Ingredientes

6 ovos  
50 ml de Iogurte LONGA VIDA Natural  
1 c. de chá de mostarda dijon  
1 c. de sopa de pickles a gosto  
1 c. de sopa de cebolinho picado  
50 g de queijo gorgonzola  
1 dente de alho  
1/2 limão  
sal e pimenta q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	101,8 kcal	5%*
<b>Proteínas</b>	7,3 g	15%*
<b>Lípidos</b>	6,7 g	10%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	3,0 g	1%*

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Coze os ovos em água durante 10 minutos.
- 2 Retira a casca e deixa arrefecer.
- 3 Faz um corte em zigzag na parte superior das claras e remove as tampas.
- 4 Retira as gemas cozidas e coloca num copo alto juntamente com o iogurte, a mostarda, os pickles, o cebolinho, o queijo, o alho e o sumo de limão.
- 5 Tempora com sal e pimenta e tritura tudo com a varinha mágica.

6 Coloca a mistura num saco de pasteleiro com um bico em estrela e recheia as claras.

7 Cobre com as tampas e decora com azeitona e cenoura.