



## PAÇOCA DE PINHÃO NUTRITIVA

### *Ingredientes*

- 1,5kg de pinhão cozido e moído
- 500g de carne bovina (patinho) moída
- 500g de quinoa cozida
- 1 cebola de cabeça pequena picada
- 2 dentes de alho picados
- 2 colheres de sopa de óleo de girassol ou azeite de oliva
- 1 maço de tempero verde
- Sal e pimenta a gosto

### *Modo de preparo*

Refogue a cebola e o alho até ficarem dourados, junte a carne moída e quando a carne estiver cozida e dourada, acrescente a quinoa e o pinhão. Com fogo baixo, misture os ingredientes e tempere com o sal, pimenta e tempero verde.

## PAÇOCA DE PINHÃO TRADICIONAL

### *Ingredientes*

- 1,5kg pinhão cozido e moído
- 250g carne de gado moída
- 250g carne de porco moído
- 250g de linguiça toscana
- 250g bacon
- 250g calabresa
- 1 maço de tempero verde
- 2 dentes de alho picados
- 1 cebola de cabeça pequena picada
- 2 colheres de óleo de soja
- sal e pimenta a gosto

### *Modo de preparo*

Refogue a cebola junto com o alho até ficarem dourados, após refogue o bacon, a linguiça toscana, a calabresa, a carne de porco e a carne de gado. Misture o pinhão, sal e pimenta a gosto. Por último, tempero verde.