

## Bolinho de feijão



**Tempo de preparo:**  
50 minutos

**Rendimento:**  
25 unidades

**Tipo:**  
Festa Junina/Julina

**Nível:**  
Médio

### Ingredientes

600 gramas de feijão carioca Solito cozido

- 1 1/2 cebola média
- 3 colheres de sopa de azeite
- 150 gramas de farinha de rosca
- 3 ovos
- 3 colheres de sopa de queijo parmesão ralado (opcional)
- 1 dente de alho ou [tempero caseiro](#) a gosto
- Salsinha picada
- Sal
- Pimenta do reino moída na hora
- Óleo para fritar

**Recheio:**

- Muçarela
- Orégano seco

### **Para empanar:**

- Ovo
- Farinha de rosca
- Sal
- Páprica doce (opcional)
- Pimenta do reino (opcional)
- Alho em pó (opcional)
- Cebola em pó (opcional)

### **Modo de preparo**

- Amasse o feijão cozido e sem caldo.
- Descasque e pique a cebola em cubos pequenos.
- Pique a cebolinha e amasse o alho.
- Bata os ovos e reserve.
- Aqueça uma panela, coloque o azeite e a cebola uma pitadinha de sal e frite sem deixar dourar.
- Junte o alho e refogue rapidamente.
- Coloque o feijão, mexa bem para absorver o sabor.
- Acrescente o ovo batido, a farinha de rosca, o queijo parmesão, o sal, pimenta do reino, salsinha.
- Mexa bem e cozinhe até formar uma massa homogênea.
- Deixe amornar.
- Bata o ovo em uma tigelinha e tempere com sal e pimenta.
- Coloque a farinha de rosca em outra tigelinha e tempere com sal e pimenta, (o alho, cebola em pó e a páprica opcional dão um sabor especial).
- Pegue porções de massa e faça formato de croquete ou bolinha.
- Se for rechear coloque o queijo no meio, salpique orégano e feche bem.
- Se a massa começar a grudar nas mãos molhe bem levemente com água.
- Passe no ovo e na farinha de rosca e frite em óleo quente.

**Veja mais receitas:**

[www.solito.com.br](http://www.solito.com.br)