



Por [Sara Silva](#), Redatora e editora no TudoReceitas. Atualizado: 2 setembro 2015



Imagem: marvelloussnacks.net

A esfiha é um aperitivo ou acompanhamento originário de países do Médio Oriente. Se assemelha a uma pequena pizza ou torta, diferente da [esfiha fechada](#), e geralmente é recheada de carne picada. Veja abaixo a sugestão TudoReceitas para preparar **esfiha aberta!**

6 convidados

45m

Entrada

Dificuldade baixa

Características adicionais: Custo econômico, No forno, [Receitas do Líbano](#)

Ingredientes para fazer Esfiha aberta:

Para a massa:

500 gramas de farinha de trigo

250 mililitros de água morna

50 mililitros de óleo



250 gramas de carne picada 1 pitada de pimenta síria 1 punhado de salsinha

Também lhe pode interessar: [Esfiha aberta fit](#)

Como fazer Esfiha aberta:

- 1** O primeiro passo da **receita de esfiha aberta** é preparar a massa. Em uma vasilha misture a farinha, o açúcar e o fermento. Acrescente o sal, o óleo e a água, amasse e deixe repousar por 15 minutos.
- 2** Enquanto isso prepare a o **recheio da esfiha aberta**, misturando em um recipiente todos os respetivos ingredientes. Mexa bem para incorporar e reserve.



Imagem: lulugastronomica.wordpress.com

- 3** Volte agora à massa. Espalhe farinha sobre uma superfície lisa, plana e limpa e sove a massa nela até ficar uniforme.

- 4** Separe da massa várias bolinhas do tamanho de mãos de forma a se assemelharem a

La próxima vez que visites un hotel, pon un cartón de papel higiénico en la tapa del inodoro

investing.com | Patrocinado

[Read Next Story >](#)



Imagem: donasnofimdesemana.com

- 5 Coloque uma porção de recheio no centro de cada massa já moldada e coloque a assar no forno pré-aquecido a 200°C durante 30 minutos.
- 6 Retire as **esfihas abertas**, cujo recheio deverá estar cozinhado e a massa dourada, e sirva. Bom apetite!

La próxima vez que visites un hotel, pon un cartón de papel higiénico en la tapa del inodoro

investing.com | Patrocinado

[Read Next Story >](#)



Imagem: effendi.com.br