# ABOBRINHA AO FORNO

## INGREDIENTES

2 abobrinhas cortadas em rodelas finas

1 cebola média

3 dentes de alho

2 tomates cortados em rodelas

azeitonas pretas a gosto

queijo parmesão ralado grosso a gosto

filés de anchovas (opcional)

azeite quanto baste

sal a gosto

pimenta-do-reino a gosto

orégano a gosto

cheiro verde

## MODO DE PREPARO

Bata a cebola e o alho no liquidificador até formar uma pasta

Frite a pasta no azeite

Escalde a abobrinha em rodelas em água fervente, apenas para amaciar um pouco

Unte um refratário com um pouco de azeite

Forre

Espalhe metade da pasta frita de cebola e alho

Salpique sal e pimenta

Cubra com metade das rodelas de tomate

Salpique sal e orégano

Repita as camadas

Coloque os filés de anchova

Acrescente o queijo ralado, as azeitonas e o cheiro

Cubra com papel alumínio e leve ao forno a 180

Retire o papel alumínio e deixe no forno por mais 10 minutos ou até secar o líquido da forma

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/10567-abobrinha-ao-forno.html