

ROLINHOS DE BERINJELA COM ARROZ DE HORTELÃ

INGREDIENTES

300 g de arroz
3 berinjelas médias
4 ramos de hortelã
150 g de queijo cottage ou ricota
1 limão
4 tomates maduros
5 folhas de manjerição
4 colheres de sopa de azeite de oliva extra virgem
sal e pimenta do reino à gosto
cebola picadinha
4 dentes de alho picadinho

MODO DE PREPARO

Lave as berinjelas, seque-as, retire as pontas e corte-as em fatias de cerca de 0,5 cm de espessura no sentido do comprimento.

Disponha as fatias no escurridor de massas, salpique com sal e deixe-as repousar por cerca de meia hora para escorrer bem o seu líquido amargo.

Cozinhe o arroz em bastante água com sal.

Escorra, resfrie-o sob água corrente, coloque numa vasilha e tempere com azeite, sal e pimenta-do-reino.

Lave e pique a hortelã bem pequena, reservando algumas folhas para a decoração.

Esprema o limão. Misture a hortelã picada ao queijo e acrescente o suco de limão.

Despeje o composto sobre o arroz e mexa com cuidado.

Enxague as fatias de berinjela para retirar o excesso de sal, seque-as com papel toalha e grelhe as fatias, virando uma só vez.

Ferva os tomates em água, retire a pele e elimine as sementes.

Bata os tomates no liquidificador juntamente com o manjerição em velocidade baixa.

Pré-aqueça o forno a 200° C.

Recheie cada fatia de berinjela com o arroz de hortelã, enrole e coloque numa travessa refratária untada com azeite.

Asse por 5 minutos.

Sirva os rolinhos, mornos ou frios, em pratos individuais, acompanhados pelo molho de tomates crus. Decore com as folhas de hortelã.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16280-rolinhos-de-berinjela-com-arroz-de-hortela.html>