

## SALADA ASSADA

### INGREDIENTES

1 berinjela  
1 abobrinha  
1 pimentão vermelho  
1/2 couve flor  
1/2 brócolis ninja  
vagem  
1 cebola  
1 cenoura  
200 g de abóbora cabotiá ou mandioquinha  
sal e pimenta a gosto  
azeite

### MODO DE PREPARO

Corte a berinjela e deixe de molho para tirar o amargo.

Troque a água umas 3 vezes.

Preaqueça o forno a 150º C e pique os outros ingredientes (os mais duros pique menor e os mais moles pique maior).

Coloque todos os ingredientes em uma forma e regue azeite, salpique sal e pimenta a gosto.

Leve para assar por aproximadamente 15 minutos.

Salpique cheiro-verde e sirva quente ou fria.

Pode substituir os ingredientes usando o que estiver na geladeira.

Evite ingredientes que contenham água, como o tomate.

Pode colocar tomate cereja após o preparo, o prato fica sequinho.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/17195-salada-assada.html>