

GRELHADO DE ABOBRINHA

INGREDIENTES

1 abobrinha lavada e cortada em rodela finas

1 tomate lavado e cortado em rodela

Palmito tipo açai cortado em rodela

1/2 cebola roxa cortada em meia lua

Peito de peru a gosto

Mussarela a gosto

1 ovo batido com leite e requeijão light

Azeite a gosto

Pimenta-do-reino a gosto

Sal a gosto

Queijo ralado

MODO DE PREPARO

Em um refratário, passe um fio de azeite para untar, e disponha as rodela da abobrinha para forrar o fundo e as laterais.

Sobre a abobrinha, disponha as rodela de tomate, forrando igualmente, e proceda da mesma forma com o palmito e a cebola.

Em um refratário a parte, bata o ovo com a colher de requeijão, e em seguida, acrescente sal e pimenta-do-reino a gosto.

Despeje a mistura sobre os ingredientes dispostos no refratário.

Corte o peito de peru e espalhe sobre os ingredientes, complete com a mussarela e salpique o queijo ralado para finalizar.

Preaqueça o forno a 250º C, e asse por 30 minutos (dependendo do forno, acompanhe para não queimar), deixando dourar.

Se preferir cozinhar bem, coloque papel alumínio e, depois de cozido, tire o papel e deixe dourar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18758-grelhado-de-abobrinha.html>