

# QUIBE DE ASSADEIRA VEGANO (BERINJELA)

## INGREDIENTES

1 berinjela grande ou 3 a 4 pequenas  
1 xícara de trigo para quibe  
1 e 1/2 xícara de água fervente  
1 colher de tahine (opcional)  
1/2 xícara de cebola picada  
3 dentes de alho grandes com a casca  
suco de 1 limão  
salsinha, hortelã e sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Corte as berinjelas ao meio (com a casca) e faça cortes cruzados, coloque de molho em 1 litro de água com 1 colher de vinagre e deixe por 15 minutos.

Leve as berinjelas para o forno junto com os dentes de alho (com a casca) e regue com azeite.

Deixe assar por 30 minutos.

Enquanto isso, coloque o trigo em uma tigela e despeje a água fervente sobre ela.

Deixe por aproximadamente 15 minutos até o trigo absorver toda água.

Não será necessário espremer o trigo.

Raspe toda a berinjela da casca e misture com todos os temperos.

Por último misture o trigo.

Assente essa mistura em um refratário ou assadeira e leve ao forno por 30 a 40 minutos até dourar bem.

Pode acrescentar azeite na hora de servir e bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18809-quibe-de-assadeira-vegano-berinjela.html>