

BERINJELA RECHEADA COM ATUM SARAIVA

INGREDIENTES

2 berinjelas grandes
1 lata de atum
250 g mussarela
1 pepino japonês
1 cenoura
1/4 pimentão (sua preferência)
2 tomates
1 cebola de cabeça
cheiro-verde (cebolinha/salsa)
azeite, sal e pimenta-do-reino o quanto baste

MODO DE PREPARO

BERINJELAS:

Berinjelas: Corte-as ao meio retirando o miolo que foi acrescentado ao recheio, em uma panela es quente uns 4 litros de água e uma pitada de sal.

Coloque as berinjelas para cozinhar por uns 2 minutos até que fiquem macias (coloque-as com a casca para cima) pois ainda irão ao forno para gratinar com recheio na sequência.

Recheie as berinjelas com atum, acrescente a mussarela e leve ao forno preaquecido até derreter o queijo, e pronto, bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/19234-berinjela-recheada-com-atum-saraiva.html>