

BERINJELA TEMPERADA

INGREDIENTES

2 berinjelas

5 dentes de alho

1 cebola

1 colher (sopa) de óleo

2 tomates

1 pitada de orégano

1 porção a gosto de coentro

1 porção a gosto de cebolinha

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Corte as berinjelas, a cebola e o tomate em cubos e reserve.

Pique as ervas caso queira acrescentá-las ao final do prato.

Numa panela média, coloque o óleo e acrescente o alho picado ou socado para dourar.

Quando o alho estiver quase dourando completamente, coloque a cebola picada para dourar junto.

Agora que você já tem a cebola e o alho dourados, coloque na panela as berinjelas picadas e misture.

Não deixe a berinjela cozinar muito, ou vai ficar ruim.

Deixe no fogo por apenas 3 minutos e mexa sempre.

Apague o fogo após os 3 minutos e acrescente as ervas e o orégano.

Coloque sal a gosto quando for servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/19293-berinjela-temperada.html>