

# BERINJELA RECHEADA AO TAHINE

## INGREDIENTES

270 g de Carne Moída do Futuro (1 caixa)

3 berinjelas médias

5 dentes de alho picados

1/2 colher (chá) de pimenta síria

1 cebola roxa grande em fatias finas

3 colheres (sopa) de azeite

1 colher (chá) de alecrim seco

1 maço de cebolinha picada

3 colheres (sopa) de tahine (molho de gergelim)

3 colheres (sopa) de água gelada

suco de 1 limão tahiti

sal e pimenta a gosto

## MODO DE PREPARO

Em uma frigideira em fogo médio refogue 3 dentes de alho em 1 colher (sopa) de azeite até dourar

Adicione a Carne Moída do Futuro com 1/2 colher (chá) de pimenta síria, sal e pimenta

Assim que a carne começar a dourar, desligue o fogo e adicione as cebolas roxas bem fininhas

Esse será o recheio, reserve

Lave bem as berinjelas, certifique

Sem retirar a polpa, faça cortes em toda a polpa, formando losangos, tomando cuidado para não romper a casca

Isso vai permitir que a berinjela pegue mais tempero e asse mais rapidamente

Regue com azeite, tempere com 1 dente de alho bem picado, sal, pimenta e alecrim

Asse em forno médio (180°C) por 40 minutos e reserve

Em uma tigela misture o tahine com o alho restante bem picado, a água gelada, azeite e o suco de limão

Mexa bem até que se forme um molho com a consistência de maionese

Adicione mais ou menos água para atingir a consistência que preferir

Para montagem, coloque o recheio reservado por cima das berinjelas assadas

Sirva com o molho de tahine, limão fresco e cebolinha picada

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/2066-berinjela-recheada-ao-tahine.html>