

ESCONDIDINHO DE ABÓBORA COM COUVE E QUEIJO

INGREDIENTES

1 abóbora pequena (500 g)
200 g de queijo tipo minas (ou o de sua preferência)
20 g de queijo ralado (parmesão ou mussarela)
1 maço de couve
1 colher (sopa) de azeite
1/2 cebola média picada
2 colheres de manteiga
1 colher (sobremesa) de alho
1 pitada de açafrão
1/2 xícara de leite
sal, salsa e orégano a gosto

MODO DE PREPARO

MONTAGEM:

Montagem: Use um refratário de vidro, coloque um fio de azeite e adicione primeiro a couve refogada. Adicione o queijo ralado, polvilho com um pouquinho de salsa e então adicione o purê de abóbora por cima. Então, polvilhe com orégano e o queijo parmesão ou mussarela. Leve ao forno convencional preaquecido por 10 a 15 minutos apenas para gratinar ou 4 minutos no microondas. Sirva quente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20750-escondidinho-de-abobora-com-couve-e-queijo.html>