

LASANHA VEGETARIANA DE BERINJELA E RICOTA

INGREDIENTES

2 berinjelas grandes

250 g de ricota

1 cebola grande

2 tomates grandes

2 dentes de alho

2 colheres (sopa) de azeite ou óleo de coco

2 colheres (sopa) de molho ou extrato de tomate (opcional)

400 ml de água

1 batata grande

1 abóbora menina média

1 cenoura média

1 lata de milho em conserva

8 azeitonas verdes picadas em fatias bem finas

1 colher (café) de pimenta-do-reino a gosto

1 colher (café) de noz-moscada moída

sal a gosto

MODO DE PREPARO

MOLHO:

Molho: Descasque os legumes e corte-os em cubos bem pequenos.

Cozinhe-os em fogo médio por mais ou menos 8 minutos ou até que fiquem macios, reserve.

Corte as berinjelas em sentido longitudinal, as fatias devem ser finas, porém deve-se manter a casca e as sementes, reserve.

Em fogo médio aqueça as 2 colheres (sopa) de azeite ou óleo de coco, e acrescente o alho, a cebola e o tomate.

Deixe esses ingredientes cozinhando por 5 minutos ou até que o alho comece a dourar.

Acrescente água aos poucos até o ponto desejado (pode-se utilizar a mesma água em que cozinhou os legumes).

Use o sal, o molho ou extrato de tomate, a pimenta-do-reino e a noz-moscada para temperar essa mistura.

Ao obter uma mistura homogênea, acrescente os legumes misturando delicadamente e desligue o fogo.

Em um refratário (25,5 X 19,5 cm), coloque parte do molho, as berinjelas, e uma camada de ricota.

Siga esses passos até esgotar as berinjelas, o molho e a ricota.

As últimas camadas devem ser de ricota e molho.

Leve ao forno, previamente aquecido a 180º C, por aproximadamente 30 minutos.

Mantenha essa temperatura durante o tempo em que a lasanha estiver ao forno.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/23522-lasanha-vegetariana-de-berinjela-e-ricota.html>