

LASANHA DE BERINJELA COM BIOMASSA DE BANANA VERDE

INGREDIENTES

2 berinjelas médias descascadas e cortadas em fatias (pré-cozidas por 5 minutos)

300 g de carne moída com pouca gordura (ou proteína de soja)

1 molho pronto de tomate com manjericão

150 g de biomassa de banana verde

300 g de mussarela

orégano a gosto

sal a gosto (eu não adicionei sal, prefiro assim só o sal do molho e do queijo)

MODO DE PREPARO

Faça um refogado bem saboroso ao seu gosto com a carne moída (eu usei tempero pronto alho e cebola).

Adicione o molho de tomate pronto e a biomassa.

Deixe ferver e reserve.

Em um refratário, adicione uma camada do molho uma camada de berinjela.

Sobre a berinjela, adicione o queijo, salpique orégano e repita as camadas finalizando com molho e queijo.

Asse até ficar douradinho por cima (cerca de 20 minutos é tempo suficiente, principalmente se o molho ainda estiver quente).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25076-lasanha-de-berinjela-com-biomassa-de-banana-verde.html>