

# BERINJELA À MILANESA LIGHT

## INGREDIENTES

1 berinjela média  
2 ovos  
1 tigela de flocos de aveia (pode usar farinha de trigo)  
azeite de oliva  
sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Deixe a berinjela fatiada em uma bacia, de molho na água com sal.

Escorra a berinjela.

Bata os ovos com sal e passe nas fatias de berinjela.

Passe as fatias na aveia.

Coloque em uma forma untada.

Regue, por cima, com azeite de oliva.

Deixe assar no forno até dourar.

As berinjelas devem ficar crocantes por fora e macias por dentro.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27050-berinjela-a-milanesa-light.html>