

# FRITADA DE FORNO DA TINA

## INGREDIENTES

1 abobrinha ou 1 berinjela  
2 tomates  
1 cebola  
1 alho  
100 g presunto  
6 ovos  
100 g requeijão  
2 colheres de sopa de farinha de trigo  
tempero a gosto (salsa, cebolinha, orégano e manjerição)  
sal e pimenta

## MODO DE PREPARO

Cortar a abobrinha ou a berinjela e pedacinhos.  
Tirar as sementes do tomate e cortar em pedacinhos.  
Cortar a cebola, o alho e o presunto em pedacinhos.  
Numa tigela misturar os ovos, o requeijão e a farinha de trigo.  
Juntar os temperos verdes, o sal e a pimenta.  
Misturar todos os ingredientes.  
Passar óleo numa forma refratária.  
Despejar tudo na forma e assar no forno a 180°C por 30 minutos, com papel alumínio.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27445-fritada-de-forno-da-tina.html>