ABOBRINHA RECHEADA COM SALSICHA VEGETAL

INGREDIENTES

4 abobrinhas

2 colheres (sopa) de óleo

1 cebola pequena picada

2 tomates picados

500 g de salsicha vegetal "superbom" picada

sal a gosto

1 xícara (chá) de queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARO

Lave as abobrinhas e seque em seguida.

Corte-as no sentido horizontal.

Com uma colher, retire a polpa com cuidado para não furar a casca.

Reserve.

Em uma panela, aqueça o óleo, doure a cebola e refogue o tomate.

Junte as polpas das abobrinhas e a salsicha vegetal "superbom".

Cozinhe por 2 minutos.

Tempere com sal e misture 1/2 xícara de queijo ralado.

Deixe esfriar.

Recheie as abobrinhas, disponha-as em um refratário untado com óleo, polvilhe o restante do queijo.

Cubra o refratário com papel alumínio e asse no forno preaquecido a 220°C, durante 20 minutos.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29574-abobrinha-recheada-com-salsicha-vegetal.html