

LASANHA DE BERINJELA COM FALSO MOLHO BOLONHESA

INGREDIENTES

3 berinjelas grandes
2 sachês de molho de tomate pronto
3 colheres (sopa) de óleo
2 dentes de alho
1 cebola grande
1 lata de milho verde
1 potinho de champignon
2 xícaras de proteína de soja texturizada (miúda) escura
pimenta-rosa ou pimenta-branca moída a gosto
salsinha picada a gosto
sal a gosto
200 g de mussarela

MODO DE PREPARO

MOLHO:

Molho: Pique bem pequenininho a cebola e o alho. Refogue no óleo. Quando ficar douradinho, coloque a proteína já hidratada e deixe pegar bem o gosto do tempero (esse é o segredo para a proteína ficar saborosa).

Adicione o milho e deixe refogar mais um pouco. Adicione o champignon, refogue mais um pouco e adicione o molho de tomate. Deixe o fogo baixo e deixe apurar bem o molho. Adicione sal, pimenta e a salsinha e desligue o fogo.

MONTAGEM:

Montagem: Em um refratário, coloque bastante molho, depois uma camada de berinjela, molho, queijo, até terminar com o queijo.

Leve ao forno por 30 minutos. É bom colocar o refratário sobre uma forma de alumínio, para não respingar no forno.

Sirva com arroz branco e salada de alface.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33158-lasanha-de-berinjela-com-falso-molho-bolonhesa.html>