

ABACATE ASSADO

INGREDIENTES

2 abacates maduros

2 tomates firmes mas maduros picadinhos e sem a casca

2 colheres de sopa de salsa fresca (picadinha)

suco de um limão (amarelo)

60 g de castanha do pará (moído)

60 g de queijo cheddar ralado

30 g de manteiga derretida

farelo de pão

paprika (defumada é opcional)

MODO DE PREPARO

Remova o abacate da casca com cuidado e o corte em cubinhos. Molha a casca do abacate por dentro com um pouco do suco de limão.

Coloque o abacate cortado em cubinhos em uma tigela e tempera levemente com umas 2 pitadas de sal e uma pitada e meia de pimenta-do-reino. Adicione o resto do suco de limão na tigela. Misture todos os ingredientes gentilmente.

Adicione as castanhas, o queijo, a salsa e os tomates (para moer as castanhas, coloque-as dentro de um plástico e use o martelo de carne para moer). Quanto aos farelos de pão, você pode usar o processador, se não tiver, às vezes o liquidificador funciona.

Pegue a mistura (recheio) da tigela usando uma colher grande e devolva na casca do abacate. Jogue o farelo do pão por cima como se fosse farinha, chuvisque a manteiga por cima e use o mesmo método com a paprika para terminar.

Leve ao forno preaquecido a 200°C por 15 minutos. O preparo leva por volta de 10 minutos e para assar leva 15 minutos. Não prepare este prato muito antes de ser consumido pois o abacate tende a mudar de cor e ficar meio preto. Prepare uma meia hora antes para logo ser servido.

A metade de um abacate é suficiente para uma pessoa e você pode servir como entrada ou como prato principal acompanhado de salada ou algo mais leve. Eu sirvo como acompanhamento do Frango ao molho de manga, ver receita aqui no Tudo Gostoso.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/33190-abacate-assado.html>