

BERINJELA REFOGADA

INGREDIENTES

2 berinjelas
1 tomate picado
1 cebola picada
3 dentes de alho amassados
1 pimentão vermelho picado
2 colheres de sopa de óleo
sal a gosto
pimenta-do-reino a gosto
sazón a gosto
cheiro verde a gosto

MODO DE PREPARO

Corte as berinjelas em cubos com a casca e a semente. Deixe descansar 5 minutos com água e sal para retirar o gosto amargo.

Aqueça o óleo e frite a cebola e o alho.

Acrescente a berinjela, o tomate e o pimentão.

Em seguida o sal, a pimenta-do-reino e o sazón, deixe refogando.

Acrescente um fio de água só para cozinhar. Tampe a panela e deixe refogando. Quando a berinjela estiver macia acrescente o cheiro verde e está pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33548-berinjela-refogada.html>