

LASANHA DE ABOBRINHA E RICOTA LIGHT

INGREDIENTES

2 abobrinhas sem casca em fatias finas
2 tomates maduros (sendo 1 fatiado fino e outro picado)
1 molho pronto de tomate
1 cebola média picada
1 colher sopa de margarina
1 colher chá de alho picado
fatias finas de queijo ricota
fatias de presunto de peru light
azeite a gosto
orégano a gosto
folhas rasgadas de manjerição a gosto
sal
1 colher sopa de ketchup

MODO DE PREPARO

MOLHO DE TOMATE:

Molho de tomate: Em uma panela ponha a margarina, a cebola, o tomate picado, o alho, o orégano e uma pitada de sal para refogar. Depois ponha o molho de tomate, meio copo de água, o ketchup e misture bem. Deixe cozinhando por 15 minutos mexendo de vez em quando. Quando estiver pronto, reserve.

MONTAGEM:

Montagem: Ponha duas conchas do molho no refratário, depois coloque as fatias da abobrinha. Depois siga a sequência, presunto, ricota, pitada de sal, tomate fatiado, manjerição, abobrinha, presunto, ricota.

Ao final coloque o molho, algumas fatias de tomate em rodela e as folhas de manjerição. Leve ao forno à 230°C por 30 minutos. Deixe esfriar um pouco e sirva acompanhada de um vinho de sua preferência.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/36310-lasanha-de-abobrinha-e-ricota-light.html>