

LASANHA À BOLONHESA DE ABOBRINHA NA AIR FRYER

INGREDIENTES

500 g de carne moída
1 abobrinha
2 tomates pequenos
1/2 cebola
1 colher de alho em pó ou picado
sal a gosto (quanto menos melhor)
200 g de muçarela em fatias
2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARO

Faça o molho bolonhesa juntando a carne, o alho, o sal, a cebola e o tomate sem semente picado
Descasque e fatie a abobrinha em lâminas no sentido da ponta para o fundo
As lâminas de abobrinha devem ficar da espessura de uma bolacha de água e sal
Pegue fominhas descartáveis e coloque no fundo uma camada de 1 cm do molho
Repita as camadas na sequência
Salpique o parmesão ralado por cima
Faça outra bandeja igual
Leve para assar na Air fryer por 10 minutos a 180º C

Rende 2 bandejas de 500 g cada

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/3710-lasanha-a-bolonhesa-de-abobrinha-na-air-fryer.html>