ANTEPASTO DE BERINGELA COM ABOBRINHA

INGREDIENTES

1 cebola grande

1 tomate grande bem maduro

1 pimentão verde

2 beringelas

2 abobrinhas

6 galhos de salsa (cheiro verde)

6 ramos de cebolinha

azeite de oliva extra virgem quanto baste e a gosto

água quanto baste

Sal a gosto

MODO DE PREPARO

Refogue a cebola picada em 1/3 de azeite de oliva.

Após dourada a cebola acrescente o tomate e o pimentão picados.

Enquanto refoga, pique a berinjela e acrescente.

Pique a abobrinha, acrescente ao refogado juntamente com 1/3 de xícara de água.

Acrescente uma pitada generosa de sal (a gosto) mexa bem e tampe a panela mexendo de vez em quando para não grudar.

Verifique a água para não grudar, acrescentando pouquinho sempre que reduzir muito.

Após os legumes mais murchos e refogados acrescente ½ xícara de azeite de oliva para cozer dando o sabor do azeite.

Acrescente a salsa e a cebolinha bem picada e misture bem.

Deixe cozinhar até que a abobrinha fique bem molinha e tudo muito bem encorpado.

Após frio pode ser guardado em vidro ou pode bem fechado por até 1 semana na geladeira.

Se preferir acrescente mais azeite de oliva após frio e misture, ele preserva melhor e dá um sabor especial.

Gosto de servir gelado com pão ou torrada. Pode ser servido quente como acompanhamento de prato principal.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41618-antepasto-de-beringela-com-abobrinha.html