

BERINJELA DA PREGUIÇA

INGREDIENTES

- 3 berinjelas médias
- 1 cebola
- 4 dentes de alho
- 2 tomates maduros
- 4 colheres de azeite extravirgem
- 1/2 lata de molho pronto de tomate (melhor pomarola)
- 1 lata de sardinha ou atum no azeite ou na pimenta
- Sal a gosto
- Pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, corte a berinjela em rodela, as cebolas em rodela, os dentes de alho podem ser amassados ou cortados finamente.

Junte a lata de sardinha e a meia lata de molho de tomate, regue de azeite mais ou menos quatro colheres cheias sobre a mistura, acrescente sal a gosto e pimenta. Misture tudo no recipiente e coloque no forno por mais ou menos 30 minutos, até que a berinjela cozinhe. Está pronto!

É super rápido delicioso e saudável!

Sirva com arroz branco e salada verde.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/46258-berinjela-da-preguica.html>