BERINGELA RECHEADA COM ATUM

INGREDIENTES

5 berinjelas

3 dentes de alho

2 cebolas

1 vidro de azeitonas picadas

4 latas de atum de sua preferência

queijo ralado

3 colheres de óleo

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Cortar as berinjelas ao meio no sentido do comprimento.

Retirar a polpa e reservar.

Coloque as cascas (barquinhas) em uma panela e leve ao fogo para murchar, retire da água e reserve.

Em uma panela refogue o óleo, a cebola, o alho, coloque a polpa da berinjela cortadinha em cubinhos e deixe refogar, coloque pouco sal, depois de bem refogado, coloque o atum e as azeitonas, reserve.

Em uma assadeira abra as cascas da berinjela, recheie com o refogado, polvilhe com queijo ralado e leve ao forno até gratinar.

Está pronta sua berinjela recheada para acompanhamento de peixes.

Fica uma delícia.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/46337-beringela-recheada-com-atum.html