

LASANHA DE ABOBRINHA VERDE

INGREDIENTES

1/2 caixa de massa para lasanha

3 abobrinhas verdes

2 peitos de frango para desfiar

1 lata de creme de leite

1 lata de leite (mesma lata do creme de leite)

4 colheres de farinha de trigo

1 vidro de requeijão, de preferência cremoso

300 g de queijo mussarela

300 g de peito de peru defumado

1 lata de milho

1 cebola picada

1/2 pimentão verde

1/2 pimentão vermelho

Alho a gosto

2 tabletes de caldo de frango

1 colher de margarina

1 lata ou caixa de molho de tomate de sua preferencia

queijo parmesao ralado (para cobrir)

3 colheres de azeite de oliva

Salsinha e cebolinha picadas (a gosto)

Sal a gosto

MODO DE PREPARO

MOLHO:

Molho: Refogue no azeite o alho e a cebola juntos deixando dourar um pouco, acrescente o peito de frango.

Mexa bem até a cebola e o alho estarem em contato com todo o frango. Acrescente o pimentão verde e vermelho, o tempero verde (cebolinha e salsinha) e continue mexendo. Complete o sal, coloque o milho e depois o molho de tomate. Deixe cozinhar por 3 ou 4 minutos. Cuidado para não queimar o fundo.

CAMADAS:

Camadas: Raspe a casca da abobrinha somente de leve. Corte em fatias de comprido não muito finas, lave e

coloque para pre cozir em agua ja aquecida e com sal. Nao deixar amolecer muito (se agua estiver bem quente, coloque as tiras de abobrinha para cozinhar por uns 5 minutos so). Retirar a abobrinha e nesta mesma agua acrescentar um pouco de oleo e cozinha a massa para lasanha, que tambem deve ficar ao dente. Escorrer.

MOLHO BRANCO - COBERTURA:

Molho Branco - Cobertura: Em uma vasilha coloque, ainda frio, 1 lata de creme de leite, a mesma medida de leite, 4 colheres de farinha e 1 colher de margarina. Mexa bem e leve ao fogo. Continue mexendo ate engrossar e reserve.

MONTAGEM:

Montagem: Coloque 1 camada de molho de frango, depois uma camada de peito de peru defumado, 1 camada de queijo mussarela e uma camada de abobrinha. Cubra a abobrinha com requeijão. Repita o processo mas desta vez, no lugar da abobrinha, use a massa de lasanha. Coloque mais uma camada de molho de frango, peito de peru, mussarela e então cubra tudo com o molho branco.

Polvilhe parmesão para dourar e leve ao forno por mais ou menos 20 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/56017-lasanha-de-abobrinha-verde.html>