

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 pimentao 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 comprimento não muito finas, lave e

coloque para pre cozinhar em água já aquecida e com sal. Não deixar amolecer muito (se água estiver bem quente, coloque as tiras de abobrinha para cozinhar por uns 5 minutos só). Retirar a abobrinha e nesta mesma água acrescentar um pouco de óleo e cozinhar a massa para lasanha, que também 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 até 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>