

ABOBRINHA RECHEADA COM FRANGO (ZAPALITO)

INGREDIENTES

4 abobrinhas grandes
1 tablete de caldo de galinha
300 gr de frango cozido e desfiado
3 colheres de sopa de azeite
1 cebola grande picada
1/2 pimentão picado
1/2 xícara de molho de tomate
1 caixinha de creme de leite
Sal e pimenta quanto baste
Salsinha e cebolinha quanto baste

MODO DE PREPARO

Corte as abobrinhas ao meio na horizontal e cozinhe (só para ficarem crocantes não muito moles) com caldo de galinha, reserve.

Prepare o frango, cozinhe com sal e desfie, reserve.

Em uma panela aqueça o azeite e refogue o pimentão e a cebola, acrescente o frango, o molho de tomate e a metade do creme de leite, deixe cozinhar por 2 minutos e acrescente a salsa e a cebolinha, ajuste o sal e a pimenta, por último coloque o restante do creme de leite e desligue o fogo.

Recheie as abobrinhas com o frango e coloque mussarela picadinha por cima e leve ao forno para gratinar.

Sirva com arroz branco e salada verde.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/56334-abobrinha-recheada-com-frango-zapalito.html>