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 pimentao picado

1/2 xicara 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, acerte o sal e a pimenta, por ultimo coloque o restante do creme de leite e desligue o fogo.

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

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