

Hortifruti União na cozinha

Abobrinha ao Forno

2 colheres (sopa) de óleo
1 cebola (picada)
1 xícara (chá) de purê de tomate
sal a gosto
1/2kg de abobrinha
1 e 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
Orégano a gosto
200g de mussarela (cortadas em fatias)
1 xícara (chá) de queijo parmesão (ralado)

Doure a cebola em uma panela com óleo quente. Junte o purê de tomate, um pouco de água e o sal. Deixe apurar e reserve.

Corte cada abobrinha em quatro fatias, no sentido do comprimento. Passe na farinha de trigo e frite em óleo bem quente, até dourar. Escorra-as em papel absorvente e coloque um pouco de sal. Unte uma forma refratária e coloque uma camada de abobrinha, um pouco de molho, cubra com mussarela, salpique o orégano e polvilhe com queijo ralado.

Repita as camadas. Leve ao forno médio por uns 20 minutos.

Rendimento: 4 porções

Tempo de preparo: 40 minutos