

## Hortifruti União na cozinha

### **Assado de Abobrinhas**

4 abobrinhas médias  
4 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado (opcional)  
1 xícara (chá) de miolo de pão molhado no leite  
1/2 cebola ralada  
1 colher (sopa) de óleo  
2 ovos batidos  
1/4 xícara (chá) cheiro verde picado  
Sal a gosto

Afervente as abobrinhas cortadas com casca, em pouca água. Amasse-as com um garfo depois de cozidas. Acrescente os ovos, o pão espremido, metade do queijo (se desejar), a cebola, o óleo, o cheiro verde e o sal. Misture tudo e ponha em um pirex untado.

Polvilhe com o queijo (opcional) e asse em forno médio por 20 minutos. Sirva quente.

Rendimento: 8 porções

Tempo de preparo: 1 hora