

Berinjela 5 Cores de Forno

Ingredientes:

- 2 berinjelas cortada em cubos
- Rodajas de 6 azeitonas verdes
- ½ pimentão amarelo picado em cubos
- 1 tomate picado em cubos
- ½ cebola roxa cortada em cubos
- 1 dente de alho picado
- 1 fio de azeite de oliva

Modo de preparo:

Em uma assadeira disponha os pedaços de berinjela e depois em cima coloque os demais ingredientes: azeitona, pimentão, tomate, alho e cebola roxa.

Leve ao forno por 10 minutos ou até ficar al dente.

Borrife o azeite de oliva quando retirar do forno.



☎ 41 3243-3021

☎ 41 9928-0645

✉ twitter@saudeeprazer

✉ saudeeprazer@hotmail.com

✉ nutricionista@saudeeprazer.com.br

🌐 www.saudeeprazer.com.br