

BERINJELA RECHEADA AO TAHINE

INGREDIENTES

270 g de Carne Moída do Futuro (1 caixa)
3 berinjelas médias
5 dentes de alho picados
1/2 colher (chá) de pimenta síria
1 cebola roxa grande em fatias finas
3 colheres (sopa) de azeite
1 colher (chá) de alecrim seco
1 maço de cebolinha picada
3 colheres (sopa) de tahine (molho de gergelim)
3 colheres (sopa) de água gelada
suco de 1 limão tahiti
sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma frigideira em fogo médio refogue 3 dentes de alho em 1 colher (sopa) de azeite até dourar
Adicione a Carne Moída do Futuro com 1/2 colher (chá) de pimenta síria, sal e pimenta
Assim que a carne começar a dourar, desligue o fogo e adicione as cebolas roxas bem fininhas
Esse será o recheio, reserve
Lave bem as berinjelas, certifique
Sem retirar a polpa, faça cortes em toda a polpa, formando losangos, tomando cuidado para não romper a casca
Isso vai permitir que a berinjela pegue mais tempero e asse mais rapidamente
Regue com azeite, tempere com 1 dente de alho bem picado, sal, pimenta e alecrim
Asse em forno médio (180°C) por 40 minutos e reserve
Em uma tigela misture o tahine com o alho restante bem picado, a água gelada, azeite e o suco de limão
Mexe bem até que se forme um molho com a consistência de maionese
Adicione mais ou menos água para atingir a consistência que preferir
Para montagem, coloque o recheio reservado por cima das berinjelas assadas
Sirva com o molho de tahine, limão fresco e cebolinha picada

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/2163-berinjela-recheada-ao-tahine.html>