



## PONTO VERDE COMÉRCIO DE PRODUTOS NATURAIS LTDA.

Rua do Estilo Barroco, 442 – Santo Amaro – 04709-011 – São Paulo – SP  
[www.lojapontoverde.com.br](http://www.lojapontoverde.com.br) - Tel.: (11) 5182-5161

### Abobrinha Recheada

#### ***Ingredientes:***

4 abobrinhas  
sal a gosto  
250g de Ricota ou Quark  
1 tomate picado  
Salsinha e cebolinha  
Farinha de rosca para polvilhar

#### ***Modo de Fazer:***

Lave as abobrinhas, divida-as ao meio e cozinhe em uma panela com água fervente por aproximadamente 10 minutos (cuidado para não amolecer demais).

Depois de cozida, retire o miolo com uma colher. Reserve.

Para o recheio, misture a ricota, o tomate, o sal, a salsinha e a cebolinha, até formar uma massa.

Preencha as metades das abobrinhas com o recheio e cubra-as com farinha de rosca, ou de preferir, um pouco de queijo ralado. Unte um pirex e disponha as abobrinhas. Leve ao forno em temperatura média por aproximadamente 20 minutos.