



## 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

### Refogado de Abobrinha

***Ingredientes:***

3 abobrinhas  
2 cebolas médias  
4 tomates  
sal e temperos a gosto

***Modo de preparo:***

Corte as abobrinhas, as cebolas e os tomates em rodela finas.  
Sobre uma panela não muito alta ou uma frigideira, disponha uma camada de cebola, uma de abobrinha e uma de tomate.  
Tempere e regue com um fio de azeite.  
Repita as camadas, sempre temperando.  
Leve ao fogo médio para cozinhar.  
É importante manter a panela sempre com um pouco de água para não queimar o fundo. Se a água dos alimentos não for suficiente, adicione mais, à medida do necessário.