



Legumes assados



Rendimento

10 porções



Tempo de preparo

00:45

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Brócolis (cortado, em floretes pequenos)	Buquê de um maço	400 g
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	Meia xícara (chá)	100 ml
Abóbora japonesa (com casca e sem sementes, em cubos pequenos)	Meia unidade média	1 kg
Cebola (cortada em pétalas)	1 unidade média	150 g
Alho (cortado em lâminas)	6 dentes	20 g
AJI-SAL® CHURRASCO	Meia colher (sopa)	10 g
Cheiro verde (picado)	Meia xícara (chá)	20 g

Modo de Preparo

1. Corte os ramos de brócolis em pedaços grandes, de aproximadamente 8 cm de comprimento e reserve.
2. Em uma GN, distribua metade do Azeite TERRANO® e coloque a abóbora, os brócolis, e, por cima, a cebola e o alho. Regue com o restante do Azeite TERRANO® e salpique com o AJI-SAL®.

3. Cubra com papel-alumínio e asse em forno médio (180 graus), preaquecido, por 30 minutos, ou até que a abóbora fique macia.

4. Polvilhe com o cheiro-verde e sirva em seguida.