



Quibe assado de legumes



Rendimento

10 porções



Tempo de preparo

00:50

Ingredientes

Nome do Ingrediente	Medida Caseira	Peso/Volume
Azeite de Oliva Tipo Único TERRANO®	2 colheres (sopa)	30 ml
Abobrinha (cortada em cubos)	1 unidade média	250 g
Chuchu (descascado, em cubos)	1 unidade pequena	200 g
Cebola (picada)	1 unidade média	150 g
Cenoura (cozida)	2 unidades grandes	400 g
Tomate (sem sementes, cortado em cubos)	1 unidade grande	170 g
Trigo para quibe (hidratado e espremido)	3 xícaras (chá)	390 g
Salsa (picada)	2 colheres (sopa)	10 g
Tempero Sazón® Profissional Legumes e Arroz	2 colheres (chá)	10 g
Sal	meia colher (chá)	2,5 g

Modo de Preparo

1. Em uma panela grande, coloque o Azeite TERRANO™ e leve ao fogo alto para aquecer.

Junte a abobrinha e o chuchu, e refogue por 2 minutos, ou até ficarem levemente dourados. Acrescente a cebola e refogue por mais 1 minuto, ou até murchar. Deixe esfriar e reserve.

2. No copo do processador, coloque a cenoura e bata por 2 minutos, ou até virar purê. Transfira para um bowl grande, adicione os legumes refogados, o tomate, o trigo para quibe, a salsa, o Tempero SAZÓN® Profissional e o sal, e misture delicadamente.

3. Disponha em uma GN $\frac{1}{4}$, previamente untada, e leve ao forno médio (180 graus), preaquecido, por 30 minutos, ou até dourar. Sirva em seguida.