

Data: 05/11/2011

CREME DE LEGUMES COM RICOTA

Ingredientes:

1 colher (sopa) de margarina light
1 cebola média picada
1 cenoura média ralada grossa
200g de vagem picada
1 chuchu cortado em pedaços pequenos
100g de abobrinha cortada em pedaços
1 litro de leite desnatado
3 colheres (sopa) de farinha de trigo
1 colher (chá) de sal
250g de ricota passada na peneira

Modo de Preparo:

Em uma panela, aqueça a margarina e refogue a cebola. Acrescente a cenoura, a vagem, o chuchu e a abobrinha e refogue brevemente. Adicione o leite (reserve $\frac{1}{2}$ xícara), deixando cozinhar por 15 minutos. Tempere com sal. Dissolva a farinha no leite reservado e adicione no cozido de legumes. Misture até engrossar. Em um refratário, untado com margarina e polvilhado com farinha, despeje metade do creme, e espalhe metade da ricota. Depois a outra metade do creme e o restante da ricota. Leve em forno pré-aquecido (200°C) por aproximadamente 15 minutos.

