

Data: 29/10/2011

TOMATES RECHEADOS

Ingredientes:

80g de aveia em flocos

4 tomates grandes

Sal

1 colher (sopa) de azeite de oliva

1 cebola média picada

1 lata de milho em conserva

2 colheres (sopa) de salsinha picada

Modo de Preparo:

Em um recipiente, coloque a aveia de molho em água por 20 minutos. Ferva a aveia, escorra e reserve. Corte a tampa dos tomates, retire a polpa, pique, tempere com sal e reserve. Em uma panela, aqueça o azeite e refogue a cebola. Junte o milho, a polpa dos tomates, a aveia e a salsinha. Recheie os tomates com o refogado e leve à geladeira para que o recheio adquira consistência.

