



Entradas Pratos com Queijos

## Tomates Recheados com Puré de Parmesão

🕒 15 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍽️ 4 doses

### Ingredientes

- 4 tomates não muito maduros
- 250 g de puré de batata
- 4 dl de água
- 2 dl de leite
- 1 c. de sopa de manteiga
- 2 gemas de ovo
- 5 c. de sopa de parmesão ralado + algum para polvilhar

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 225,0 kcal | 11%* |
| <b>Proteínas</b>           | 10,9 g     | 22%* |
| <b>Lípidos</b>             | 12,5 g     | 18%* |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 17,2 g     | 7%*  |

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Partir os tomates ao meio e, com muito cuidado, retirar a polpa com uma colher. Virar para baixo, deixando escorrer. Entretanto, levar ao lume a água com o leite e a manteiga e temperar de sal.
- 2 Assim que ferver, retirar do lume e misturar de uma só vez o conteúdo do pacote de puré, 1 gema e o queijo ralado.