

Entradas Salgados

Tomate Recheado com Ricota

15 min. Fácil Económico 8 doses

Ingredientes

4 tomates maduros cortados ao meio
250 g de queijo ricota
2 c. de sopa de cubinhos de presunto
1 cebola picada
5 c. de sopa de azeite
8 c. de sopa de mozzarella ralada
sal e pimenta a gosto

Informação nutricional

Energia	235,6 kcal	12%*
Proteínas	14,0 g	28%*
Lípidos	17,5 g	25%*
Hidratos de Carbono	5,3 g	2%*

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

Preparação

1. Aquecer o forno a 200ºC.
2. Com a ajuda de uma colher, retirar a polpa e sementes dos tomates.
3. Misturar todos os restantes ingredientes e encher o tomate.
4. Colocar uma colher de mozarella ralada e levar ao forno por 10 minutos.
5. Servir de imediato.