



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 200°C.
- 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 mozzarella ralada e levar ao forno por 10 minutos.
- 5 Servir de imediato.