



COGUMELOS RECHEADOS VEGETARIANOS

INGREDIENTES

- 40 cogumelos brancos
- 1 pimento vermelho
- 40 g de pimento vermelho assado, picado
- ½ cebola média
- 3 cebolinhos
- 1 cch de orégãos
- 6 csp de pão ralado
- 4 csp de queijo parmesão, ralado
- 30 g de salsa fresca
- 2 csp de azeite
- ½ csp de sal ou a gosto
- ¼ cch de pimenta moída grossa ou a gosto

MÉTODO DE PREPARAÇÃO

1. Limpe os cogumelos e retire os caules.
2. Pique finamente metade dos caules dos cogumelos e descarte a outra metade. Pique a cebola, os cebolinhos, o pimento vermelho, o pimento assado e a salsa.
3. Aqueça o azeite na frigideira antiaderente de 25 cm iCook. Coloque os caules dos cogumelos, pimento vermelho, pimento assado, cebolinhos e cebola na frigideira e salteie-os. Deixe cozinhar durante 5 minutos até o pimento e a cebola ficarem macios e depois adicione os orégãos, sal e pimenta moída.
4. Limpe a frigideira com papel de cozinha e coloque os cogumelos virados com o espaço do caule para cima e encha-os generosamente com o recheio.
5. Ponha a frigideira em lume baixo e tape com a tampa.
6. Deixe ficar durante 15 minutos ou até os cogumelos estarem cozinhados.