



ABÓBORA ASSADA COM SARDINHA E ALECRIM

Rendimento: 4 porções

Tempo de preparo: 15 minutos

Tempo de forno: 1 hora

Tempo total: 1 hora e 15 minutos

INGREDIENTES:

2 latas de Sardinha em óleo COQUEIRO (125 g cada)
500 g de abóbora Japonesa com casca, cortada em gomos finos
150 g de tomates-cereja
150 g de mini cebolas
meia colher (chá) de sal
alecrim a gosto
2 colheres (sopa) de azeite de oliva

Para cobrir:
papel-alumínio

Para finalizar:
alecrim a gosto
azeite de oliva

MODO DE PREPARO:

- 1- Preequeça o forno em temperatura média (180°C).
- 2- Escorra e retire as espinhas das Sardinhas em óleo COQUEIRO, e reserve.
- 3- Em uma assadeira retangular média (33 x 23 cm), coloque a abóbora, os tomates, as minis cebolas, o sal, o alecrim e o azeite e misture delicadamente.
- 4- Cubra com papel-alumínio e leve ao forno por 30 minutos. Retire o papel e asse por mais 30 minutos ou até dourar levemente.
- 5- Retire do forno, acrescente as Sardinhas em óleo COQUEIRO reservadas, regue com azeite e polvilhe o alecrim e sirva em seguida.

DICA:

A abóbora Japonesa também é conhecida como abóbora Cabotiá, muito utilizada para o preparo de assados e sopas.