

# PATÊ DE BERINJELA NUTRITIVO

## INGREDIENTES

2 colheres de azeite  
1 cebola média picada  
5 dentes de alhos  
1 berinjela média em cubos com cascas  
1 tablete de caldo de galinha  
50g de azeitonas picadas  
1 caixinha de creme de leite 250 ml  
1 colher de salsa picada  
1/2 pimentão vermelho picado  
opcional: 1 colher de páprica, sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Em uma panela média refogue com azeite, a cebola, 3 dentes de alho picados, a berinjela em cubos e o pimentão

Refogando por mais ou menos 15 minutos

Deixe esfriar e coloque no liquidificador acrescentando os 2 dentes de alhos crus, o creme de leite, o tablete de caldo de galinha e a salsa

Bata tudo até ficar uma pasta homogênea

Sirva no pão ou em torradas é uma delícia

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/1590-pate-de-berinjela-nutritivo.html>