

Tostas de batata-doce e abacate

Vegetariano —    15 min  4 pessoas

chef.continente.pt/receitas/tostas-de-batata-doce-e-abacate



Ingredientes

Azeite q.b.

1 cebola

170 g de cogumelos Portobello Continente

2 batatas-doces de polpa grandes laranja

Sal q.b.

2 abacates

Rúcula q.b.

Confeção

1. Numa frigideira com um fio de azeite, refogue a cebola picada finamente.
2. Quando estiver bem tenra, adicione os cogumelos cortados em quartos e salteie-os até ficarem tenros e suculentos. Reserve.
3. Descasque as batatas-doces, corte-as em fatias de 1 centímetro e torre-as na torradeira até ficarem bem douradas e amolecidas.
4. Retire-as, regue-as com um fio de azeite, tempere-as com sal e disponha por cima fatias de abacate, um pouco de cogumelos salteados e rúcula.
5. Sirva de imediato.