



## **ASSADO DE BATATAS**

### **INGREDIENTES**

Alho - 2 dentes  
Batata - 8 xícaras  
Cebola - 2 colher (sopa)  
Margarina - 1 colher (sopa)  
Óleo de Soja - 4 colheres (sopa)  
Orégano - a gosto  
Ovos - 6 unidades  
Sal - o mínimo  
Salsa - a gosto  
Tomate - 4 xícaras

### **MODO DE FAZER**

Cozinhe a batata com sal e esprema como purê.  
Coloque forma untada com margarina.  
Refogue no óleo a cebola e o tomate.  
Bata os ovos e acrescente ao refogado, juntamente com a salsa e o orégano.  
Espalhe esse refogado sobre o purê e leve ao forno por 20 minutos.

### **RENDIMENTO**

10 porções

**Equipe Técnica de Nutricionistas**  
**Núcleo de Alimentação Escolar/SMEd**