

## Abobrinha assada crocante

[www.receitasdafia.com/receitas/abobrinha-assada-crocante](http://www.receitasdafia.com/receitas/abobrinha-assada-crocante)

Que tal um aperitivo saudável e super saboroso, abobrinha assada crocante combina com qualquer hora do dia!

Abobrinha assada crocante

 35 min

 2 porções

### Ingredientes

- 1 [abobrinha](#);
- 2 colheres (sopa) de azeite;
- 1/2 colher (sopa) de mostarda;
- 1 colher de (chá) de páprica doce;
- Sal a gosto;
- 2 colheres (sopa) de água;
- 1 dente de alho amassado ou bem picado;
- Farinha de rosca o quanto baste;
- Pimenta do reino a gosto.

### Modo de Preparo

1. Fatie a abobrinha em rodela o mais finas possível. Reserve.
2. Agora, em um recipiente, misture o azeite, a água, o alho, a mostarda, a páprica, o sal e a pimenta;
3. Logo depois, passe cada rodela de abobrinha pela mistura dos temperos. Em seguida, empane as fatias na farinha de rosca, cobrindo-as bem;
4. Distribua as abobrinhas em uma forma antiaderente ou uma assadeira forrada com papel manteiga.
5. Na sequência, leve ao forno devidamente pré-aquecido a 230°C por um período de 30 minutos ou então até notar que a abobrinha está cozida.
6. Na metade do tempo, vire cada uma das rodela para que ambos os lados fiquem dourados. Após isso, o prato estará pronto.