

## Lista de compras

6 fatias de pão de forma cortado no formato da forma utilizada

200 gramas abobrinhas

200 gramas de queijo Minas cortado em cubinhos (frescal)

200 gramas de tomates-cereja ou tomates assados temperados (confitados)

3 ovos (72 g cada)

300 ml de leite

3/4 de xícara das de chá de farinha de trigo

1 colher das de sopa de azeite

Sal a gosto

Noz-moscada ralada na hora a gosto

Pimenta-do-reino moída na hora a gosto

Cubinhos de peito de peru (opcional)

Forma média ou ramequins untados com azeite

---

Receita disponível em: [www.abimapi.com.br](http://www.abimapi.com.br)