

Qué fácil es cocinar con


COOKING CHEF



Berenjena rellena

4 personas



Accesorios necesarios:



Tiempo:



Ingredientes

- 2 berenjenas
- 200 gr. de carne de ternera picada
- 100 gr. de tomate triturado
- 85 gr. de cebolla
- 40 gr. de pimienta verde
- 40 gr. de queso rallado para gratinar
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 100 gr. de salsa bechamel
- Sal y pimienta negra

Preparación

1. Para empezar, precalienta el horno a 200°. Parte las berenjenas por la mitad en dos partes iguales a lo largo. Realiza cortes a la carne de la berenjena, sin dañar la piel. Introduce los 4 trozos de berenjena en el horno con sal y pimienta. Hornea 22 minutos. Retira la carne de las berenjenas con una cucharilla y reserva todo.
2. En el procesador de alimentos monta las cuchillas e introduce los pimientos, la cebolla, el tomate en trozos grandes. Pica 10 segundos a velocidad 4 hasta obtener un picado fino.

3. Pon el aceite en el bol y añade las verduras del punto anterior. Sazona. Monta la batidora flexible y programa 10 minutos a 105° en posición 2 de remover.
4. A continuación, añade la carne picada y cocina 2 minutos más. Rectifica de sal.
5. Mezcla el relleno con la bechamel y la carne troceada que has retirado de las berenjenas. Rellena las berenjenas. Remata con queso para gratinar en la superficie.



Berenjena rellena

Preparación

6. Precalienta el horno a 200° e introduce las berenjenas en la bandeja durante 5 minutos y finalmente, 2 minutos de gratinador a 250°. Ya tienes las berenjenas rellenas listas.

7. Sugerencia de presentación: sirve las berenjenas con unos tomates cherrys salteados sobre una reducción de balsámico de Módena. ¡Delicioso!

8. Para el salteado, introduce los cherrys 6 minutos a 140° en aceite y orégano, en el bol con batidora flexible y posición 3 de remover. Super fácil.