

Berenjena rellena con tomatitos



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 30min , Tiempo de cocción: 1hrs. 0min

Tiempo total: 1hrs. 30min , Número de porciones: 2

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/berenjena-rellena-con-tomatitos>

Preparación

Lavar las berenjenas y cortarlas por la mitad a lo largo. Extraer la pulpa central sin arruinar el exterior, cortar la carne con un cuchillo y ponerla en un tazón. Espolvoree sal al interior de las berenjenas y ponerlas boca abajo sobre una rejilla para que pierdan un poco de su agua. Mientras tanto, lleva el agua a hervir en una cacerola y cocinar los tomates durante unos segundos, quitar la piel con cuidado de no quemarse, cortarlos por la mitad y quitar las semillas. Agregue los tomates en el plato con la pulpa de berenjena. Picar el ajo, o puede dejarlo todo y eliminarlo al final.

Sazonar con aceite de oliva, agregar el ajo, picado o entero, las especias, el azúcar, la sal y las hierbas aromáticas picadas (reserve un poco de albahaca y menta para colocar por encima) y revuelva bien. Precaliente el horno a 180 ° C. Divida la mezcla de tomate en las berenjenas y rociar con aceite de oliva.

Colocarlos en una fuente para hornar y llevar al horno por aproximadamente una hora.

Servir caliente, añadir sal y aceite de acuerdo a su gusto y decorar con unas hojas de albahaca fresca y menta. Fuente:

<http://www.oggipanesalamedomani.it/>

Ingredientes

- 2 Berenjenas
- 1 taza/s Tomates Cherry
- 2 diente/s Ajo
- 1 puñado/s Hierbas aromáticas (tomillo, perejil, albahaca, menta y orégano)
- 1 poco Especias (canela, nuez moscada, semillas de hinojo, etc.)
- 1 poco Azúcar
- 1 poco Aceite de oliva
- 1 poco Sal

Categorías

Un día normal, Reducida en calorías, Vegetariana, Todo el año, Económico, Vegetales, Rápida, Un pobre estudiante, Plato Principal

