

Canastitas de calabaza rellenas



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 35min , Tiempo de cocción: 0min

Tiempo total: 35min , Número de porciones: 2

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

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/canastitas-de-calabaza-rellenas>

Preparación

Cortar la calabaza en rodajas anchas y cocinarlas al vapor, horno ó microondas. No deben estar muy cocidas. Rehogar la cebolla picada fina en la manteca hasta que esté transparente. Agregar el cubito de caldo de pollo y la leche. Hervir, lentamente, y espesar con la fécula de maíz disuelta en ¼ taza de leche. Revolver y condimentar con pimienta y nuez moscada. Mezclar 1/3 de la salsa con el choclo y el jamón cortado en tiras. Ahuecar las rodajas de calabaza sin llegar al fondo y rellenar con el choclo. Colocar en una fuente de horno, bañar con la salsa restante y espolvorear con el queso rallado y el perejil. Gratinar en horno fuerte.

▣ Tip para la receta

También se pueden rellenar con jamón y queso, carne picada, etc. Este relleno puede utilizarse para papas o zapallitos. Si se desea, a la salsa puede agregarle 1 cucharadita de mostaza.



Ingredientes

- 2 cucharada/s Manteca
- 1 Calabaza chica cruda
- 1 cubo/s Caldo de pollo
- 1 cucharadita/s Perejil picado
- 1 cantidad mínima Nuez Moscada
- 1 lata/s Maíz - Choclo
- 2 taza/s Leche
- 1 Cebolla grande
- 100 gramo/s Jamón Cocido en fetas
- 1 poco Pimienta
- 4 cucharada/s Fécula de maíz
- 1 poco Queso rallado

Categorías

Un día normal, Reducida en calorías, Todo el año, Económico, Vegetales, Comida para todos los días