

# BERENJENAS RELLENAS



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** antonia ferrer **Recetizador:** Pilarpv



**Tiempo:** 1h y 30min

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

## Descripción:

## Ingredientes para 4 personas :

- 2 berenjenas
- 400 grs de picada de pollo
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- 1 pimiento verde
- 1 tomate maduro.
- 500 ml de salsa bechamel
- -Queso rallado

## Preparación:

### Paso 1

Abriremos las berenjenas por medio a lo largo, le haremos unos cortes a la pulpa y las pondremos en un plato tapadas con papel film para hacerlas al microondas, las haremos hasta que esten bien cocidas, las vaciaremos y guardaremos la pulpa y la piel entera para rellenar. En una sartén haremos el relleno poniendo a pochar la picada de pollo, la cebolla, la zanahoria, el pimiento verde y el tomate, cuando este bien pochado incorporamos la pulpa de la berenjena, damos unas vueltas y lo dejamos enfriar. Ponemos la piel de las berenjenas en unas bandejas aptas para el horno y las rellenamos con la farsa que habíamos hecho, las cubrimos de salsa bechamel y con el queso rallado. Lo gratinamos en el horno y ya lo tenemos listo para comer.