

Creador: Irene Delafú



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Creativa

Coste: Medio

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 1 pequeña de Calabaza
- 500 g. de Brócoli
- 100 g. de Queso emmental
- unas gotas de Tabasco ahumado Tabasco
- 1 Cebolla
- 100 g. de Lacón
- 2 cucharadas de Salsa de soja
- 1 cucharada de Aceite de oliva
- Sal
- 50 g. de Piñones

Preparación:

Paso 1

Cortamos la calabaza en tacos y el brócoli lo separamos por ramilletes pequeños. En una cazuela grande los hervimos al vapor unos 15 min.

Paso 2

Cortamos la cebolla y el lacón en taquitos y sofreímos en una sartén con una cucharada de aceite hasta que la cebolla esté transparente; después, se añaden las dos cucharadas de salsa de soja y se remueve bien.

Paso 3

En un bol mezclamos el queso rallado con los piñones y unas gotas de tabasco ahumado.

Paso 4

En una fuente de horno mezclamos las verduras al vapor con el sofrito de cebolla, añadimos una pizca de sal y cubrimos con la mezcla del queso. Con el horno precalentado gratinamos entre 5 y 10 min y a gozar como gorrinos.