

Berenjenas rellenas de hojas



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Monónimo **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Vegetariana

Otros: Cocina Saludable

Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 2 berenjenas
- 1 huevo
- 1 puñado de espinacas frescas
- 1 cebolla
- 60 g. de leche
- 30 g. de pan
- 6 cucharadas de tomate frito
- 2 cucharadas de harina
- 2 cucharadas de aceite de oliva

Preparación:

Paso 1

Limpiar y cortar las berenjenas a la mitad. Cortar la superficie en zig zag, regar con hilo de aceite y hornear 15 minutos a 200 °. Pelar y reservar la pulpa. Picar y pochar la cebolla , añadir las espinacas en juliana, la pulpa y la miga de pan. Saltear y retirar del fuego. Separar la clara y mezclar la yema con las verduras. Rellenar las berenjenas. Cubrir con el tomate. Preparar la bechamel con el aceite, la harina y la leche, verter por encima y gratinar.