

## Calabacines con puerro y salmón



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

**Creador:** Monónimo **Recetizador:** karmela



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Medio

### Descripción:

### Ingredientes para 4 personas :

- 4 calabacines pequeños
- 2 puerros
- 200 g de salmón fresco
- 1,5 dl de nata líquida
- Aceite de oliva
- Sal
- Pimienta

### Preparación:

#### Paso 1

**Poner una cazuela al fuego con agua y un poco de sal. Incorporar los calabacines sin pelar y cocer 15 min. Retirar del fuego, escurrir, cortar a lo largo y retirar la parte central con las pepitas; reservar. Limpiar y cortar los puerros en aros finos. Poner una sartén al fuego con 3 cucharadas de aceite de oliva. Añadir el puerro cortado, salpimentar y rehogar a fuego suave unos 5 minutos; reservar. Precalentar el horno a 180° C. Picar el salmón en trozos pequeños y mezclarlo con el puerro. Rellenar con esta mezcla los calabacines. Pintar con un poco de aceite una fuente de horno, poner los calabacines y cubrir con la nata. Hornear 10 min. y servir.**