

## Berenjenas rellenas de atún y gambas



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

**Creador:** Jessica Galeron **Recetizador:** Carlos Santana



**Tiempo:** 1 hora

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

### Descripción:

Asegurarnos de que las berenjenas están un poco maduras, la más estaban un pelín verdes y me costó más. Y que sea lo más redondita posible para que quede bonito. Yo lo he hecho todo en microondas, el horno también es bienvenido jeje

## Ingredientes para 2 personas :

- Grande de Berenejna
  - 100gr de Atun
  - 100gr de Gambas peladas
  - Sal Pimentar
  - Media pequeña de Cebolla
  - 100ml de Nata de cocinar
- 

## Preparación:

### Paso 1

Lavar la berenjena. Cortar los dos extremos un poco y abrirla por la mitad, lo mas igualado posible (a mi me salio una S) Meter en el microondas 10min a potencia baja (depende del tamaño de la berenjena sino 15min) Dejarla enfriar un poco y con un trapo limpio para no quemaros, agarrar una de ella e ir vaciandola, da lo mismo si es a trozos grandes o pequeños luego se cortaran. Hacer lo mismo con la otra, procurad dejar un poco de pared, como 5mm. En una sarten con un poco de aceite, añadir la cebolla bien picada y la berenjena cortada en trocitos. Pochar como 10min a fuego medio Añadir las gambas, dejar que suelte el agua destapado y removiendo. Salpimentamos al gusto (yo añadí orégano) Añadir el atún y la nata y remover bien. Dejar a fuego medio otros 5min. Rellenar las berenjenas. Echar por encima queso rallado del que mas os guste y poner al grill 10min en el microondas y listo para comer Que aproveche