

Berenjenas rellenas de atún y gambas



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

Creador: Jessica Galeron **Recetizador:** Cristina Terrón



Tiempo: 1 hora

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Económico

Descripción:

Aseguraros de que las berenjenas están un poco maduras, la mías estaban un pelin verdes y me costo mas. Y que sea lo mas 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 sartén 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