BUDÍN TRICOLOR



Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Cebolla: 1
Huevos: 3
Sal y Pimienta:
Brócoli: 500 g
Remolacha: 500 g
Semillas de Girasol:
Hoja de menta: 1
Queso rallado: 100 g
Nuez Moscada:
Calabaza: 500 g
Queso Crema: 3 Cucharadas

Preparación de la Receta

- Rehogar la *cebolla* picada y reservar
- *Hervir* todos los vegetales por separado, colarlos y colocarlos en tres bols distintos
- Salpimentar cada relleno y a cada uno incorporar 1 *huevo*, 1 cda de queso *crema*, 25 g de queso rallado y 1 cda. de *cebolla* rehogada
- Tomar el relleno de *calabaza* y añadir las semillas de girasol y la nuez moscada
- Mezclar hasta integrar y colocar en una budinera con aceite vegetal
- Integrar el relleno de *brócoli* y colocar en la budinera encima del relleno anterior
- Por último añadir la *menta* picada al relleno de *remolacha* y colocar en la budinera encima de los dos anteriores
- Llevar al horno hasta que esté listo.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/budin-tricolor