

Calabacines Rellenos

Tiempo de preparación: 50 Min



Ingredientes

Calabacines: 4 Unidades

Diente de ajo: 1 unidad

Leche: 250 mililitros

Perejil picado: c/n

Carne picada de ternera y cerdo: 500 Gramos

Huevo: 1 unidad

Miga de pan: 1 Trozo

Sal y Pimienta: c/n

Salsa

Cebolla: 1 unidad

Harina: 1 cda

Aceite De Oliva: c/n

Vino Blanco: 150 mililitros

Cebolla: 1 unidad

Sal y Pimienta: c/n

Tomate: 1 cda

Zanahoria: 1 unidad

Preparación de la Receta

- Salpimentar la carne picada y añadir el *ajo* muy picado, la miga de pan que la habremos empapado y luego escurrido en el vaso de leche.
- Añadir el *perejil* y el *huevo* batido.
- *Pelar* y vaciar el corazón de los calabacines cortándolos en trozos de unos 8 cm.
- *Blanquear* en agua salada unos minutos.
- Rellenar los trozos con la carne y disponer en una cazuela de horno, mojar con un poco de aceite.
- Hornear a 180 °C una media hora hasta que están tiernos.

Salsa

- En una sartén con aceite freír las zanahorias y la *cebolla*.
- Añadir el corazón de los calabacines y posteriormente el *tomate*.
- Añadir la cucharada de *harina* y posteriormente el vino blanco.

- Dejar *hervir* hasta que la salsa esté espesa, se pasa y se vierte sobre los calabacines dejándoles cocer juntos unos minutos.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/calabacines-rellenos>