elGourmet

Zapallitos Rellenos por Marcela Lovegrove

Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Zapallitos: 8 Unidades
Cebolla picada: 100 grs
Granos de choclo: 150 grs
Manteca: 50 grs
Queso rallado: c/n
Zanahoria picada: 100 grs
Carne picada: 400 grs
Fecula De Maiz: 2 cdas
Leche: 150 miliitros
Nuez Moscada: 1/2 cdita
Aceite De Oliva: c/n

Preparación de la Receta

- Cortar la tapa superior de los zapallitos, ahuecarlos con mucho cuidado y reservar la pulpa.
- Hervirlos en abundante agua con sal durante 3 minutos, retirarlos y dejarlos escurrir boca abajo hasta que se enfríen.
- En una sartén con un fondo de aceite *saltear* la carne picada revolviendo hasta que cambie de *color* y se desgrane.
- Reservar.
- En la misma sartén *saltear* la *cebolla* y la *zanahoria* en *manteca*, agregar la pulpa de los zapallitos ligeramente picados y cocinar destapado por 10 minutos.
- Incorporar la carne, los granos de *choclo* y cocinar por 5 minutos.
- Sin dejar de revolver, agregar la fécula disuelta en leche, la nuez moscada y cocinar hasta que la preparación espese.
- Rellenar los zapallitos, espolvorear con abundante queso rallado y *gratinar* en un horno fuerte por 10 minutos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/zapallitos-rellenos-por-marcela-lovegrove