

# Zucchini rellenos con carne

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Zucchini:** 3 Unidades

### Ensalada

**Hojas verdes:**

**Aceto balsámico:** 1 Taza

**Sal y pimienta negra:** A gusto

**Aceite De Oliva:** A gusto

**Manteca:** 1 cda.

### Relleno

**Jengibre en polvo:** 1 cdita.

**Aceite De Oliva:** 2 cdas.

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Cuadril:** 1/2 k

**Curry:** 1 cda.

**Echalotte:** 1 Unidad

**Menta:** 20 Hojas

## Preparación de la Receta

- En una olla con abundante agua caliente blanquee los zucchini unos segundos, retire y deje enfriar.
- Corte luego los zucchini en trozos y al bies, con un cuchillo marque el *contorno* de las semillas y con la ayuda de una cuchara retírelas dejando una base.

### Relleno

- Pele y pique el *echalotte*.
- Corte la carne en pequeños cuadraditos.

- En un wok con aceite de oliva saltee el *echalotte*, luego agregue la carne y saltee hasta sellarla, sazone con *jengibre* en polvo, sal, pimienta y el *curry*, mezcle y cocine unos minutos más. Unos minutos antes de retirar la carne del fuego incorpore la *menta* previamente picada, mezcle y retire.

## Ensalada

- Lleve una sartén a fuego y agregue el aceto balsámico, una vez que rompa el hervor añada la *manteca* y sazone con sal y pimienta, deje reducir hasta que espese y retire.
- Lava bien las hojas, escurra y séquelas.
- En un bowl coloque aceite de oliva junto con la reducción de aceto balsámico mientras bate hasta emulsionar.

## Armado

- Con una cuchara rellene los zucchinis con el relleno.
- Sirva en un plato los zucchinis junto con las hojas verdes bañada con la reducción de aceto.

## Presentación

- Decore con hojas de *menta*.

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