Berenjenas rellenas de merluza

Nombre de la receta

Berenjenas rellenas de merluza

Tiempo

1 Horas

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos

Pescado

Leche

Descripción

Berenjenas asadas rellenas de merluza y tomate

Ingredientes

- 4 berenjenas medianas
- 600 gramos de merluza (filetes)
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo
- 3 cucharadas soperas de tomate frito
- al gusto de sal

- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de queso para fundir

Pasos

1 Para hacer nuestras berenjenas en primer lugar las labaremos y las secaremos muy bien. Las partimos por la mitad y hacemos unos cortes en diagonal en la carne sin llegar al fondo. Añadimos sal y un chorrito de aceite sobre ellas. Las colocamos en una bandeja de horno con papel sulfurizado y las metemos al horno a 180 grados durante unos 15 o 20 minutos hasta que estén tiernas.

2 Cuando las sacamos del horno las vaciamos con una cucharita con cuidado de no romper la barquita de la berenjena. Picamos la carne con unas tijeras.

3 Mientras se han enfriado las berenjenas para vaciarlas hemos preparado una sartén con un chorrito de aceite. Hemos puesto la cebolla y el ajito a sofreir.

4 Una vez sofrito añadimos la merluza sin piel ni espinas y picada a trocitos. Removemos todo hasta que esté sofrita. Salamos al gusto.

5 A continuación añadimos la carne de berenjena y el tomate frito. Removemos y ya tenemos preparado el relleno.

6 Con el relleno pasamos a llenar las barquitas de berenjena poniendo encima de cada una queso para fundir al gusto de cada cual. Volvemos a pasar al horno para que se calienten y se gratine o derrita el queso. Ya tenemos preparadas nuestras berenjenas rellenas.

Observaciones o consejos

No hay observaciones o consejos.

Autor

Matilde Linares