

## Calabacines rellenos de champiñón con queso



### Nombre de la receta

Calabacines rellenos de champiñón con queso

### Tiempo

1.5 Horas

### Dificultad

Media

### Personas

6

### Alérgenos

Leche

### Descripción

Otra manera fácil y saludable de comer calabacines rellenos.

### Ingredientes

- 3 calabacines
- 750 gramos de champiñones
- 3 dientes de ajo
- 1 cebolla mediana
- 200 gramos de queso para gratinar
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de pimienta

- 3 cucharadas soperas de aceite

## Pasos

**1** Lavamos y partimos por la mitad los calabacines. Con una cucharita le sacamos la pulpa dejándolo una barquita de 1 cm de grosor más o menos.



**2** Introducimos los calabacines en el microondas durante 10 minutos a máxima potencia (800w) o más tiempo si es necesario.

**3** Limpiamos los champiñones lavándolos enteros y dejándolos escurrir. Posteriormente los partimos en láminas.



**4** Picamos los ajitos y la cebolla en trocitos.



**5** En una sartén pochamos el ajo y la cebolla. Cuando estén se le añade el champiñón y la carne del calabacín que hemos extraído. Salpimentamos al gusto hasta que el champiñón quede hecho.

**6** Cuando se enfríe un poquito, rellenamos con el champiñón las barcas de calabacín y cubrimos con abundante queso para gratinar.

**7** Introducimos en el horno para gratinar y sacamos cuando el queso esté dorado. ¡Ya están nuestros calabacines listos para servir!

## Observaciones o consejos

El calabacín se puede cocer en agua con sal en lugar de hacerlo al microondas.

## Autor

Matilde Linares