



Atelier de Cocina

BERENJENAS RELLENAS DE CARNE

Ingredientes:

6 berenjenas
½ kg. de tomates
400 grs. de carne picada (cerdo o ternera)
1 cebolla grande
3 dientes de ajo
2 zanahorias
1 rama de apio (opcional)
100 ml. de vino blanco
70 grs. de queso

Bechamel:

30 grs. de mantequilla
30 grs. de harina
300 grs. de leche
Sal y pimienta
Nuez moscada

Elaboración:

Lavar las berenjenas, cortar la parte inferior y partirlas a lo largo, sin pelar.

Hacer unas incisiones en forma de rombo, sazonar, echar un chorro de aceite y meter al horno a 180° C durante 30 minutos aproximadamente. Una vez asadas, extraer la pulpa y reservar.

Relleno: Poner una sartén al fuego, con aceite, y rehogar la carne. Añadir la cebolla en brunoise y los ajos, previamente pelados, y picados muy finos. Agregar también la zanahoria y el apio(opcional), también picados, y dejar que sofría todo bien. Incorporar el vino y dejar reducir. A continuación añadir los tomates pelados y troceados finamente, y dejar freír hasta que se consuma el jugo. Sazonar ligeramente.

Mezclar la pulpa reservada de las berenjenas con la preparación anterior y salpimentar.



Atelier de Cocina

Preparar la bechamel.

Presentación:

Rellenar las barquitas con el relleno, napar con la bechamel y espolvorear con queso rallado. Colocarlas en fuente refractaria y gratinar unos minutos. Servir calientes.

NOTA: Se pueden incorporar unas cucharadas de bechamel al relleno.