Berenjena rellena

por Eric Martinez

Plato principal | Carne | Tradicional | Verduras | Española | 4 personas | 45 min | Media



Descripción

Berenjenas al horno rellenas de carne picada, tomate y verduras, gratinadas con queso y piñones. Un clásico reconfortante y fácil de preparar.

Ingredientes

- 2 berenjenas grandes
- 250 g de carne picada (mixta ternera y cerdo)
- 1 cebolla picada
- 1 diente de ajo picado
- 2 tomates maduros troceados (o tomate triturado)
- 50 g de piñones
- 100 g de queso rallado (mozzarella o emmental)
- Aceite de oliva virgen extra
- Perejil picado (para decorar)

- Sal y pimienta al gusto

Alérgenos

Leche

Información orientativa: revisa siempre la etiqueta de los productos que uses.

Elaboración

1. Precalienta el horno a 200°C. Corta las berenjenas por la mitad a lo largo y haz unos cortes en la pulpa sin llegar a la piel.
2. Riega con un poco de aceite de oliva y hornea las mitades boca arriba 20-25 minutos, hasta que estén tiernas.
3. Deja templar, vacía con cuidado la pulpa con una cuchara dejando las "barquitas" de piel intactas, y pica la pulpa reservada.
4. En una sartén con aceite, sofríe la cebolla y el ajo hasta que estén transparentes. Añade la carne picada y dórala bien.
5. Incorpora el tomate troceado y la pulpa de berenjena picada, salpimienta y cocina 10 minutos a fuego medio hasta que reduzca.
6. Rellena las barquitas de berenjena con el sofrito, reparte el queso rallado y los piñones por encima.
7. Gratina en el horno unos 10 minutos hasta que el queso se dore, y sirve caliente con perejil picado por encima.