Tomates rellenos

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Xanabelleza

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Intermedia
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 2 personas :

- 1/2 de Cebolla
- 250 gr de Pechuga de pollo
- 1/4 de pimiento rojo
- 1/4 de pimiento verde
- 750 gr de 9 Tomates en rama
- 2 dientes de ajo
- 1/2 puerro
- Aceite de oliva
- Sal
- Pimienta negra
- 1 cucharada pimentón dulce

Preparación:

Paso 1

Limpia y pica menudo la cebolla, el ajo, el puerro, el pimiento verde y el rojo. Pon en una sarten una cucharada sopera de aceite y sofríe las verduras, mientras pica menudo la pechuga de pollo.

Paso 2

Cuando las verduras tomen aspecto dorado añade el pollo y sofríelo Pela, despepita y trocea un tomate, mezclalo con el resto de ingredientes y añade sal, pimienta y pimentón. Déjalo cocer 10 minutos.

Paso 3

Mientras tanto limpia los tomates, le quitas un trocito en la base, para que se sujete; corta un trozo de la parte

superior del tomate y le sacas las pepitas con una cucharilla de postre.

Paso 4

Rellena los tomates con el sofrito preparado y los metemos en el horno, precalentado a 220º, durante una hora a una temperatura de 180º. No te olvides de taparlos con un papel de aluminio, para que no se sequen Para servir pon cuatro tomates en el plato y acompáñalos con ensalada variada, yo he utilizado un poco de: escarola, lechuga de dos variedades y un rábano.