beregenas y pimientos gratinados

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

Creador: Sonia Campos

Tiempo: 1 hora
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Muy económico
El truco de esta receta:
puedes sustituir la maicena y leche por una ytacita de arroz cocido.

Descripción:

Ingredientes para 2 personas :

- 1 Berenjena grande
- 2 pimientos rojos
- 250g carne picada
- sal y pimienta
- 1 cucharaditas de maicena
- 150ml de leche
- - Queso de gratinar

Preparación:

Paso 1

cortamos la berejena por la mitad y con una cuchara quitamos la carne sin romper la piel,ponemos las pieles en agua,picamos la carne de berejena en daditos pequeños y en una sarten con un poco de aceite a fuego fuerte la sofreimos cuando este blandita añadimos la carne ,sal y pimienta ,cuando la carne cavia de color añadimos la maicena y la leche y movemos,dejamos que enfrie un poco ,limpiamos lospimientos quitando la parte de arriba sin romperlos y rellenamos las beregenas y pimientos cubrims con el queso y al horno a 200º unos 15/20 min .