

*Berenxenas recheas

(30/01/2007) :: [Descargar receita en pdf](#) ::

Ingredientes:

Para catro persoas:

- 2 berenxenas
- 200 g de carne de tenreira picada
- 1 tomate
- 1 pemento verde
- 1/2 cebola
- 2 dentes de allo
- 1 vaso de salsa de tomate
- 1 vaso de leite
- 2 culleradas de fariña
- pementa
- sal
- aceite

Tempo de elaboración: 40 minutos.

Preparación:

Parte as berenxenas ao longo, en dous anacos. Fai uns cortes na parte superior, sazona, rega con aceite e méteas durante 15 minutos nun forno a 200°C.

Cando estean feitas, baleira os interiores cunha culler e reserva. Fai a bechamel nunha cazola pequena con 3 culleradas de aceite, engade a fariña mesturando ben. Pon un pouco de pementa e incorpora o leite aos poucos sen deixar de remover. Pica a cebola, o pemento verde e os 2 dentes de allo e bótaos nunha tixola cun pouco de aceite.

Bota sal. Cando as verduras estean feitas, engade a carne de tenreira picada e dóuraa. Bota a carne da berenxena picada, un pouco de bechamel e mestura ben. Reenche as berenxenas con esta mestura. Parte en 4 anacos un tomate e colócaas sobre cada berenxena. Cobre todo coa bechamel e gratina durante 2 minutos no forno a 200°C.

Retíraas do forno e cunha espátula coloca as berenxenas nunha fonte e adorna con perexil.

Bo proveito.

[Voltar á Cociña Arrouxada!](#)
[Ir á Portada](#)