



# Musaca

Publicada por:

[imprimir](#)

- 60 '
- 55 '
- 4
- 
- 



Comentario nutricional

La berenjena posee unos compuestos que le aportan el sabor amargo y que a su vez facilitan las digestiones. Tiene un aporte escaso de calorías y por tanto ideal para tomar en una dieta de control de peso.

## Modo express

1. Pele y corte las berenjenas en rodajas. Introdúzcalas en un cuenco con agua y sal durante 1 hora para que pierdan su sabor amargo.
2. Transcurrido ese tiempo, vierta aceite en la cubeta y programe el menú Freír/Sofreír a 180º durante 45 minutos. Enharine ligeramente las berenjenas y fríalas.
3. Aparte las berenjenas y dore muy bien la cebolla, cortada en láminas muy finas. Añada la carne, los ajos, los tomates rallados y las hojas de laurel. Sofría

10 minutos y detenga el programa; retire las hojas de laurel y reserve.

4. Disponga en la cubeta una capa de berenjenas, una capa de carne picada, otra de berenjenas y otra de carne. Cubra con la salsa bechamel, espolvoree con el Parmesano rallado y programe el menú Horno a 180° durante 10 minutos.