

Berenjenas rellenas a la mallorquina

Publicada por:

[imprimir](#)

- 20 '
- 45 '
- 4
- 
- 
- 



Comentario nutricional

Las berenjenas siempre hay que consumirlas cocinadas para eliminar las sustancias tóxicas a través de la cocción.

Modo express

1. Pique muy finos la cebolla y el ajo; corte las berenjenas por la mitad a lo largo.
2. Introduzca las berenjenas en la cubeta junto con un chorrito de aceite y programe el menú Horno 25 minutos a 169°. Al terminar, vacíelas y reserve tanto la pulpa como la cazoleta.
3. Programe el menú Freír/Sofreír a 180° durante 10 minutos y dore el ajo en el aceite. Luego añada la cebolla y el jamón, saltee 5 minutos y agregue la carne picada. Salpimiente y cueza 2 minutos más antes de añadir la pulpa de la

berenjena. Cancele el menú.

4. Rellene las cazoletas con la pasta que ha cocinado y cúbralas con la bechamel y el queso.
5. Meta las berenjenas de nuevo en la cubeta, cierre la tapa y programe el menú Horno a 180° durante 10 minutos.