

PIMIENTOS RELLENOS DE CARNE

Javier Santos Gallardo

INGREDIENTS

0 MINUTES 2 SERVINGS

Pimiento verde
 Calabacín
 Carne picada
 unas tiras de pimientos del piquillo
 Especias al gusto
 aove y sal.

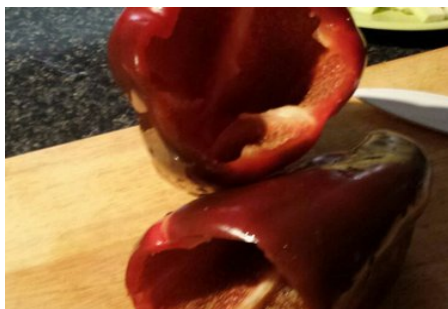
TAGS

#chatidieta #pimientos #pimientosreellenos #reellenos



1

Picamos la cebolla y el pimiento en brunoise. Por otro lado troceamos el calabacín y media cebolla



2

Retiramos la parte superior de los pimientos rojos, vaciamos y limpiamos



3

En la Sarten 1 sofreimos la cebolla cortada en trozos pequeños





4

En la Sarten 2 rehogamos el calabacín y la cebolla para hacer nuestra falsa bechamel



5

Sarten 1. Cuando la cebolla este transparente añadimos el pimiento



6

Sarten 2. Añadimos leche y dejamos que el calabacín y la cebolla se reblandezcan



7

Sarten 1. Añadimos la carne picada



8

Sarten 1. Salpimentamos y especiamos al gusto la carne picada junto con la cebollita y el pimiento



9

Vertemos el contenido de la sartén 2 en el vaso de la batidora, añadimos unas tiras de pimientos del piquillo y batimos hasta conseguir una salsa fina.





10

Mientras tanto, hemos puesto a cocer los pimientos en agua con una pastilla de caldo



11

Cuando los pimientos esten listos, los rellenamos con la carne picada y los acompañamos de nuestra salsa de pimientos. Y a comer

