

CALABAZA Y PAPA RELLENAS

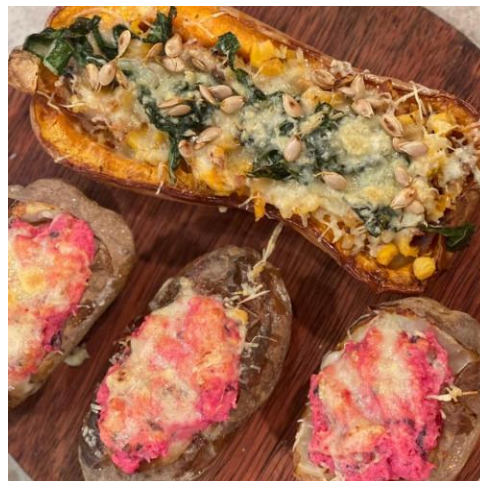
INGREDIENTES

Calabaza rellena:

- - Calabaza mediana 1 unid.
- - Cebada perlada cocida 150 g o arroz cocido.
- - Choclo 1 unid.
- - 2 pechugas de pollo.
- - Hojas de espinaca 1 puñado.
- - Puerro 2 tallos (blanco).
- - Queso rallado c/n.
- - Queso fresco c/n.
- - Espinacas.

Papas rellenas:

- - Papas 2 unid.
- - Sal.
- - Queso crema o yogurt natural.
- - Leche.
- - Queso.
- - Remolacha 2 unid.
- - Garbanzos.
- - Morcilla.



PROCEDIMIENTO:

1. Precalentar el horno y cocinar la calabaza cortada a la mitad en un placa con aceite de oliva, pimienta, sal, dos dientes de ajo y un poco de romero o tomillo.
2. Para las papas, humedecerlas con un poco de agua para que se adhiera un poco de sal. Llevarlas al horno con la calabaza.
3. Para el primer relleno, en una sartén con un poco de aceite de oliva saltear el puerro bien picado y las pechugas de pollo deshilachada previamente cocida . Agregar granos de choclos, espinacas y cebada cocida (5 partes de agua por 1 de cebada, se cocina durante 40 minutos aprox). Mezclar bien y agregar los quesos. Condimentar con sal.
4. Ahuecar la calabaza, ponerle unos trozos de queso fresco y rellenar agregando las semillas de calabaza tostadas. Volver al horno con queso por encima.
5. Para el relleno de las papas, procesar la remolacha cocida al horno en papel aluminio con un poco de aceite cortada en trozos y los garbanzos previamente hidratados la noche anterior en la heladera (1 taza de garbanzos=3 de agua), al día siguiente desechar ese agua y hervirlos durante 40 minutos. Condimentar con jugo de limón. Podés agregarle un poco de agua □ para aligerar.

6. En un bowl, poner la preparación recién procesada mezclada con queso crema y un poco de morcilla bien picada. Rellenar las papas y de nuevo al horno con queso por encima.