



COMIDA SALUDABLE Y ECONÓMICA

RECETAS SALUDABLES

Pimientos rellenos al papillote



INGREDIENTES (2 PERSONAS)

- 4 pimientos rojos o amarillos pequeños (redondeados para rellenar)
- 1 pimiento verde
- 1 calabacín
- 200 g. de carne de ternera picada.
- 1 cebolla
- Aceite de oliva
- Pimienta
- Sal
- Aceite de oliva y sal

ELABORACIÓN

1. Precalentar el horno a 180°.
2. Lavar los pimientos y abrirlos por arriba (vaciando pepitas del interior) y reservar.
3. Realizar un sofrito de cebolla, pimiento verde y calabacín, pochando lentamente la verdura con dos cucharadas de aceite.
4. Añadir la carne picada, salpimentando al gusto.
5. Rellenar los pimientos con la mezcla y envolverlos en papel de plata. Introducir en el horno durante 30 minutos.
6. Pasado ese tiempo. Probar, rectificar de sal si hiciera falta y servir.

PRECIO
(APROXIMADO PERSONA)

1,96 €