MARÍA



PLATOS PRINCIPALES

Boniato relleno

1 ración

Ingredientes

- Boniato
- Tomate
- Cebolla morada
- Sal
- Pimienta
- Ajo en polvo
- Comino
- Pimentón
- Perejil
- AOVE
- Carne picada
- Mozzarella rallada
- Guacamole

Elaboración

1. Pinchar el boniato, envolverlo en papel de cocina humedecido y llevarlo al microondas entre 7 y 10 minutos
2. Mientras, preparar el pico de gallo con tomate, cebolla morada, sal, pimienta, perejil, especias y un chorro de AOVE, y remover
3. Cuando el boniato esté listo, cortarlo a la mitad con cuidado por el vapor que suelta
4. Añadir AOVE en una sartén y poner el boniato boca abajo para caramelizarlo hasta que tenga este aspecto
5. En la misma sartén, dorar la carne picada con sal, pimienta, ajo en polvo, comino y pimentón, removiendo muy bien hasta que esté dorada
6. Colocar el boniato en el plato y aplastar la pulpa
7. Añadir sal y pimienta, la carne picada por encima, mozzarella para que se vaya fundiendo, el pico de gallo y el guacamole

Hecho con CookNest

Todas las recetas de MARÍA
cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy