Gotxei



PLATOS PRINCIPALES

Musaka de berenjena

45min · 1 ración · 866 kcal

Ingredientes

- **1** berenjena
- **200 g** carne de ternera picada
- **1/2** cebolla
- **1/4** pimiento rojo
- **1/4** pimiento verde
- **1** zanahoria mediana
- **2 cucharadas** tomate triturado
- **1 cucharada** crema de pikillos
- Perejil fresco
- Queso rayado
- Queso en lonchas (o cualquier queso de tu gusto)
- Pimienta negra
- Orégano

Elaboración

1. Partir la berenjena en láminas y meterlas en la airfryer para precocinarlas (200 grados 20 minutos, 10 por cada lado)
2. Mientras tanto, picar todas las verduras en cubos bien pequeños para hacer la boloñesa
3. Cocinar todas las verduras con pimienta negra hasta que estén pochadas y añadir entonces la carne y sellarla bien
4. Añadir la salsa de tomate y de pikillos junto con el perejil picado y el orégano
5. Pochar a fuego medio-bajo unos 10 minutos
6. Montar el plato haciendo capas en este orden: lámina de berenjena, boloñesa, una loncha de queso y un poco de queso rayado
7. Repetir hasta llegar a la tercera lámina de berenjena, que será la última, y sobre esta añadir sólo los quesos
8. Meter en la airfryer a 180 grados durante 10 minutos para que termine de cocinarse y se fundan los quesos

RECOMENDACIONES

El queso rayado de la superficie queda muy crujiente y no llega a fundirse como en el horno; de aspecto no queda tan bonito, pero de sabor está igual de bueno. El queso entre capas sí queda fundido.

POR RACIÓN	62 g Proteínas	53 g Grasas	40 g Hidratos	15 g Fibra

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Gotxei
cooknest.app/@gotxei · Instagram @gotxei