Teresa



PLATS PRINCIPALS

Cebes farcides de botifarra al forn

1h · 4 racions · 635 kcal

Ingredients

- **5**-6 cebes blanques
- **500 g** de botifarra
- **4**-5 patates
- Un ou
- Una llesca de pa remullada en llet
- Julivert, romaní fresc
- Pa ratllat (opcional)
- Sal, oli i pebre

PER RACIÓ

Proteïnes	29 g
Greixos	30 g
Hidrats	65 g
Fibra	8,4 g

Elaboració

1. Pelar les cebes i tallar-ne les puntes
2. Bullir-les en aigua i sal uns 12 minuts
3. Deixar-les refredar, tallar-les per la meitat i buidar-les una mica
4. Treure la pell a la botifarra
5. Remullar el pa amb la llet i afegir-hi l'ou
6. Preparar el farcit amb la botifarra, l'ou, el julivert i el pa remullat amb llet
7. Si es fa amb carn picada, afegir sal i pebre; amb la botifarra no cal
8. Pelar les patates i tallar-les a rodanxes d'1 cm i distribuir-les en una safata de forn amb una mica d'oli
9. Omplir les cebes amb el preparat i col·locar-les sobre les patates a la safata
10. Distribuir la resta de la ceba i uns mini tomàquets (opcional)
11. Regar amb un rajolí d'oli, una mica de sal i pebre i herbes al gust
12. Coure al forn preescalfat a 180 °C, tapat amb paper de forn, uns 15 minuts
13. Destapar i coure uns 30 minuts més

Fet amb CookNest