



Huevos rellenos de bacalao y verduras

Descripción

default watermark



Los huevos rellenos siempre son bienvenidos en casa, además de ser muy versátiles en su relleno, están deliciosos.

Ingredientes: (Para cuatro personas).

Para el relleno.

- 8 huevos talla L.

- 1/4 de cebolla mediana.
- 1/2 calabacín mediano.
- 2 tomates maduros medianos.
- 250 gr de bacalao al punto de sal. Puede ser congelado, desmigado o en pieza.
- Mezcla de cuatro quesos para gratinar. O vuestro queso favorito.

Para la bechamel.

- 250 ml de leche.
- Nuez moscada en polvo. A vuestro gusto, a mí me gusta sólo un toque.
- Aceite de oliva, pimienta molida, perejil picado, sal.

Preparación:

Del relleno.

Cocemos los huevos enteros y con cáscara en una cazuela con agua (que los cubra) durante 10 minutos. Retiramos escurrimos y dejamos enf ar.

Pelamos y partimos por la mitad a lo largo los huevos, retiramos las yemas (que reservamos) y disponemos las claras en un plato o bandeja de horno, reservamos.

Retiramos la piel al bacalao (en caso de que la tenga), desmigamos (si es en pieza), espolvoreamos con pimienta molida y reservamos.



Pelamos el calabacín y los tomates, picamos en cuadrados menudos y reservamos.

Picamos finamente la cebolla, la pasamos a una cazuela baja y amplia, echamos aceite de oliva y pochamos a fuego medio. Añadimos el calabacín y los tomates, removemos de cuando en cuando y dejamos hasta que est n blandos.





Incorporamos el bacalao, removemos y dejamos cocer. Una vez cocido todo añadimos las yemas de los huevos, reservando dos para decorar, mezclamos bien y reservamos.

De la bechamel.

Vertemos un buen chorro de aceite de oliva en una sartén, llevamos al fuego y añadimos la harina, removemos bien, que se cueza, vertemos poco a poco la leche, vamos removiendo hasta que vaya espesando, damos un toque de nuez moscada, dejaremos hasta que coja la consistencia deseada, ni espesa ni muy ligera y echamos el relleno de bacalao, mezclamos todo bien.

Precalentamos el horno en modo gratinar, a 200°C.

Con ayuda de una cuchara rellenamos las claras de los huevos con esta pasta, espolvoreamos con la mezcla de los cuatro quesos y llevamos al horno a gratinar hasta que se funda y se dore el queso. Sacamos del horno y si queremos espolvoreamos con perejil.

¡Hala a disfrutar de nuestro plato!

Consejo: Podemos cocer los huevos y hacer el relleno **sin la bechamel** con antelación, rematando el plato el día de su consumo. **OJO CON LA SAL QUE EL BACALAO LA LLEVA INCORPORADA.** Como me ha sobrado relleno he hecho unas croquetas, ¡aquí no se tira nada!.

Síguenos en Facebook: facebook.com/masqpostres

En Instagram: instagram.com/_masqpostres

Mándanos tus recetas, opiniones, sugerencias a nuestro correo: hola@masqpostres.es

Y si quieres recibir al instante nuestras nuevas recetas, suscríbete pinchando en «Suscribir», en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde el móvil.

Categoría

1. Aperitivos
2. Huevos
3. Pescados y mariscos
4. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

marzo 9, 2020

Autor

admin