

Pastel de calabacín y atún

Descripción



Me pareció una receta muy Â«atractivaÂ». El calabacín y el atún maridan muy bien, así que   a por ella. También se puede hacer con carne.

Ingredientes: (Para cuatro o seis personas).

- 2 calabacines medianos.
- 3 tomates maduros medianos.
- 4 huevos.
- 2 latas de atún (escurridas 180 gr cada una).
- 140 gr de queso para gratinar, vuestro preferido. Yo he puesto de los paquetes de 4 quesos.
- Aceite de oliva, pimienta molida, orégano, sal.

Preparación:

Lavamos bien los calabacines, los dejamos con piel. Los cortamos en rodajas no gruesas (menos de 1/2 cm) y reservamos.



default watermark

Limpiamos, pelamos, trocemos en tacos pequeños los tomates y dejamos escurrir en un colador el exceso de líquido que sueltan, **como máximo 1/2 hora**. Reservamos.

Escurremos el exceso de aceite del atún y reservamos.

En una fuente de horno vertemos un chorro de aceite, pincelamos bien toda la bandeja, incluso los laterales.



Vamos colocando las rodajas de calabacín cubriendo bien el fondo, salpimentamos. Disponemos, sobre el calabacín, una capa con la mitad del tomate troceado, sazonamos y espolvoreamos con orégano.



s batidos.

Precalentamos el horno a 190°C, calor arriba y abajo.

Repetimos la operación: calabacín, sal, pimienta, el resto del tomate, orégano, el resto del bonito, regamos con los dos huevos batidos restantes y colocamos una tercera capa de calabacín, salpimentamos y cubrimos con el queso rallado.



Tapamos la fuente con papel de aluminio, horneamos a 190°C, calor arriba y abajo, durante aproximadamente 30 minutos. Posteriormente retiramos el papel de aluminio y gratinamos 5 minutos o hasta que el queso esté dorado.

Apetitoso, ¿no?



Consejo: El calabacín queda al dente, no crudo pero se nota al masticar. En ésta receta no hay nada que se pueda hacer con antelación. Si nos decidimos a hacerla de carne, la haremos igual sustituyendo el atún por la carne.

Síguenos en Facebook: **facebook.com/masqpostres**

En la web: **www.masqpostres.es**

M  ndanos 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. Huevos
2. Pescados y mariscos
3. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

enero 23, 2017

Autor

admin