

PIMIENTOS RELLENOS CON ARROZ Y CAMARONES



Ingredientes

- 6 Pimentones verdes y rojos
- 2 Cucharadas aceite
- 1 Diente de ajo cortado finamente
- 1 ½ Taza de arroz
- 2 ½ Tazas de agua hirviendo
- 1 Tableta caldo de carne MAGGI®
- 1/4 Kg Colitas camarones cocidas
- ½ Bandeja de champiñones cortadas en láminas
- Pimienta y orégano a gusto
- ½ Paquetito de ciboulette cortado finamente

Preparación

1.- Parte los pimentones por la mitad a lo largo y déjalos en una bandeja de horno con un toque de sal, pimienta y aceite de oliva. Lléalos a horno fuerte durante 25 minutos hasta cocerlos completamente. Una vez listos, retíralos del horno y reserva.

2.- Aparte calienta una cacerola con el aceite indicado, agrega el ajo y dóralo durante unos segundos, agrega el arroz y cocina hasta que tome temperatura. Vierte de una vez el agua caliente y agrega el caldo de carne MAGGI® desmenuzado. Revuelve y cocina tapado a fuego bajo, sobre un tostador durante 20 minutos aproximadamente hasta cocer completamente el arroz.

3.- Aparte en una sartén con un toque de aceite, saltea a fuego fuerte los champiñones con los camarones durante 3 minutos, condimenta con sal, pimienta y orégano a gusto, finaliza con el ciboulette cortado finamente. Junta el salteado con el arroz y rellena cada uno de los pimentones con esta preparación. Una vez listos, los puedes calentar nuevamente al horno y sírvelos de inmediato.



Dificultad:
Baja



Porciones:
6



Tiempo:
45 minutos

Información Nutricional

Energía:	235 Kcal
Proteínas:	12.6 g
Grasa Total:	8.6 g
Colesterol:	0.0 mg
H. de Carbono:	26.7 g
Fibra Dietética:	1.60 g
Sodio:	272 mg