PIMIENTOS RELLENOS CON PASTA DE REINETA

Dificultad: Baja

Porciones: 6

Tiempo: 45 minutos

Información Nutricional

Energía:	268 Kcal
Proteinas:	27.5 g
Grasa Total:	11.0 g
Colesterol:	22.0 mg
H. de Carbono:	14.7 g
Fibra Dietética:	2,4 g
Sodio:	252 mg

Ingredientes

3 Pimentones grandes

600 g de Reineta (3 filetes aprox.) cortado en cubos

3 Claras de huevo

1 Paquete de ciboulette cortado finamente

1 Bandeja de champiñones cortados en láminas

2 Cucharadas de aceite de oliva

1 Tarro grande de crema SVELTY® (236 g)

Sal y pimienta a gusto

½ Cucharadita de orégano

½ Taza de pan rallado

Preparación

1.- Parte por la mitad a lo largo los pimentones y retira todas sus pepas y sus hebras blancas. Pásalos por agua hirviendo solo unos segundos hasta dejarlos un poco más blandos. Reserva.

2.- Aparte, muele el pescado en una procesadora 1-2-3 hasta dejarlo bien molido, añade las claras de huevo poco a poco para facilitar el proceso de la molienda. Una vez listo, condimenta con sal y pimienta, añade el ciboulette y remueve para integrar bien, refrigera tapado con papel film.

3.- Calienta una sartén con un poco de aceite de oliva y saltea los champiñones durante 2 minutos, condimenta con sal y pimienta y retira del fuego. Una vez tibios agrega a la molienda de reineta, agrega también el orégano y la crema SVELTY®. Finalmente agrega el pan rallado y remueve hasta conseguir una mezcla homogénea de textura pastosa.

4.- Rellena los pimientos con esta mezcla de manera abundante, acomódalos en una lata o budinera apta para horno y hornéalas a temperatura alta de 180°C durante 35 a 40 minutos aproximados hasta cuajar la preparación.

Una vez listo, retíralas del horno y sirve de inmediato.