

GRATÍN ITALIANO CON BERENJENAS



Ingredientes

- 2 Zapallos italianos grandes
- 2 Berenjenas grandes
- 1 Tarro de leche evaporada IDEAL® NESTLÉ®
- 3 Huevos
- 1 Tableta de caldo de verduras Come Bien, Vive Bien MAGGI®
- Pimienta, orégano y nuez moscada

Preparación

1.- Corta los zapallos italianos con las berenjenas en rodajas de 0,3 mm de grosor aproximados. De inmediato acomódalos intercaladamente dentro de un molde previamente enmantecado y de manera ordenada como indica la fotografía.

2.- Aparte, junta en un bowl la leche evaporada IDEAL® NESTLÉ® con los huevos, condimenta con el caldo de verduras Come Bien, Vive Bien MAGGI®. Bate hasta homogenizar los ingredientes y finalmente condimenta con pimienta, orégano y nuez moscada. Remueve y vierte sobre la fuente con las verduras de manera que cubras todas las verduras.

3.- Lleva la preparación a horno pre-calentado a temperatura media alta de 180°C y hornea durante 20 a 25 minutos aproximados hasta cuajar la preparación y dorear levemente la superficie. Retira del horno y sirve acompañado con algún trozo de pescado o pollo preparado como más te guste.



Dificultad:
Baja



Porciones:
8



Tiempo:
35 minutos

Información Nutricional

Energía:	130 Kcal
Proteínas:	7.3 g
Grasa Total:	6.0 g
Colesterol:	91,7 mg
H. de Carbono:	13.1 g
Fibra Dietética:	3,6 g
Sodio:	181 mg