

TOMATES RELLENOS DE CUSCÚS

Ingredientes

- 6 Tomate ensalada rojos
- 1 cebolleta blanca
- 1 Diente de ajo
- 1 berenjena pequeña
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 puerro
- 1 zanahoria grande
- Orégano fresco
- Albahaca fresca
- Aceite de oliva virgen extra
- Cuscús
- Sal
- Pimienta negra molida

Preparación

1. Picamos el pimiento rojo y verde, la berenjena, el ajo, la cebolleta, el puerro y la zanahoria en trocitos pequeños y ponemos a freír en una sartén con aceite de oliva virgen a fuego lento hasta que se pochen.

2. Lavamos bien los tomates y con una cucharita, vamos sacando la carne de dentro, dejándolos huecos por la parte central, donde están las semillas. Esa carne la vamos a incorporar al sofrito friendo durante un minuto más.

3. En un cazo ponemos 400 ml de agua a hervir, añadimos sal. Cuando el agua ya hierve, retiramos e incorporamos el cuscús, lo tapamos y dejamos reposar unos minutos.

4. Después lo mezclamos con las verduras y preparamos una mezcla con la que vamos a rellenar los tomates. Junto con el orégano fresco y la pimienta

5. Ponemos el horno a calentar a 180° durante 10 minutos. Dejamos hornear 15 minutos.

6. Espolvoreamos con albahaca fresca antes de servir.