

Será por recetas



Ternera con berenjenas

Ternera, Recetas fáciles

 4 Personas

 40 Minutos

 Fácil

 Enviada el 02/04/2012

Ingredientes

- 4 filetes de ternera (de 120 g cada uno)
- 3 tomates maduros
- 1 berenjena grande o 2 pequeñas
- 50 g de aceitunas verdes
- 1 cucharada de mantequilla
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 1 ramita de albahacas y sal

Elaboración

Primero hay que escaldar los tomates, pelarlos, cortarlos por la mitad, sacar las semillas y dejar escurrir. Extraer el hueso de las olivas y cortarlas a trocitos.

Hay que lavar la berenjena y partirla a dados. En una sartén con aceite, saltearlo a fuego vivo durante 4 minutos. Sofreír con otra cucharada de aceite los tomates y salarlos.

En una cazuela calentar el aceite restante y dorar la ternera a fuego vivo 2 o 3 minutos por cada lado. Salar y reservar.

Poner en las cazuelas los tomates, las aceitunas, las albahacas troceadas y las berenjenas. Remover, añadir los filetes y hornear a temperatura media durante 3 o 4 minutos



Autor receta de Ternera con berenjenas

Quanttron

 53 Recetas publicadas

 Valoración 4/5

 Miembro desde 02/04/2012