

Será por recetas



Pastel de carne y coliflor

Carnes, Recetas de verduras

 4 Personas

 30 Minutos

 media

 Enviada el 22/06/2012

Ingredientes

- 1 coliflor
- 250 g de tomates
- 125 g de nata montada
- 400 g de ternera picada
- 2 ramitas de perejil
- Sal
- 1 manojo de cebollitas tiernas
- 100 g de queso emmental
- Pimienta negra molida

Elaboración

Primero lavar y cortar la coliflor, cocerla en el microondas durante 7 minutos y reservarla tapada. Poner la carne en un recipiente y cocerla tapada durante 5 minutos, remover a los 2 minutos.

A continuación lavar y picar las cebollitas. Pelar los tomates, quitar las pepitas y cortar en cuadraditos. Picar el perejil. Añadir los tomates, las cebollitas y la mitad del perejil a la carne, echar sal, pimientas y mezclar todo bien.

Poner en un molde capas alternas de carne y coliflor acabando con una de carne.

Rallar el queso y cocer 7 minutos. Poner a potencia de 420 W y cocer 5 minutos más. Dejar reposar 4 minutos y espolvorear con lo sobrante del perejil.



Autor receta de Pastel de carne y coliflor

Vicente Martí

 54 Recetas publicadas

 Valoración 4/5

 Miembro desde 29/02/2012