

DE LA COCINA DE GLORIA MANCIA

TOMATES RELLENOS

NWA FARMERS' MARKET ALLIANCE

4-6 TOMATES GRANDES
1/2 LIBRA DE CARNE MOLIDA
1 CDA ACEITE DE OLIVA
1/4 TAZA CEBOLLA, PICADA
1 TAZA ZANAHORIAS, PICADAS
1/2 CDTA SAL DE AJO
1 CDTA CALDO DE POLLO EN POLVO
SAL, AL GUSTO



- 1 PRECALIENTE EL HORNO A 350 GRADOS F.
- 2 CALIENTE EL ACEITE EN UN SARTÉN SOBRE TEMPERATURA MEDIANA. AGREGUE LA CARNE, CEBOLLA, ZANAHORIAS, AJO, CALDO DE POLLO Y SAL. COCINE HASTA QUE LA CARNE NO ESTE ROSADA.
- 3 ESCURRA LA GRASA DE LA CARNE Y DEJE A UN LADO.
- 4 CORTE UNA REBANADA DELGADA DE LA PARTE SUPERIOR DE CADA TOMATE. REMUEVA LA PULPA, DEJANDO UNA CASCARA DE ½ PULGADA.
- 5 RELLENE LOS TOMATES CON LA MEZCLA DE CARNE PREPARADA.
- 6 COLOQUE EN UNA BANDEJA DE HORNEAR Y HORNEE POR 15 MINUTOS O HASTA QUE ESTÉN DORADOS.