

## CALABACITAS RELLENAS

### Ingredientes:

- 4 Calabacitas
- 1 Cucharada de Aceite
- ½ taza de cebolla picada
- 1 diente de ajo
- 1 taza de tomate picado
- Pizca de Comino
- Sal y Pimienta
- ½ taza de queso manchego rallado

### Preparación:

1. Las calabazas de les quita el rabo y se ponen a cocer enteras en una vaporera durante 10 minutos aproximadamente. No deben recocerse. Deben mantener su color verde brillante. Se retiran del calor y se cortan a la mitad a lo largo. Con una cuchara se les retira las semillas y se guardan.
2. En un sartén caliente se pone el aceite y se agrega la cebolla y el ajo hasta que la cebolla se vea transparente. Se añade el tomate, el comino, la sal y pimienta y las semillas de la calabaza. Se deja cocinar esta salsa hasta que esté cocida aproximadamente 10 minutos.
3. Se le agrega el queso a la salsa, se revuelve y se rellenan las calabazas con esta mezcla.
4. Se sirven calientes.