



Berenjena rellenas Karniyarik

Karniyarik



1 kg. berenjenas de tamaño medio, recto
300 gramos terreno vacuno
2 cebollas grandes
2 tomates grandes
4 pimientos verdes largo
1 cucharada de pasta de tomate
7 cucharadas de aceite vegetal
1 cucharadita de sal
1 vaso de aceite, para freír
1 vaso de agua hirviendo

- # Pelar las berenjenas multi-color, resto en agua salada sin cortar durante media hora.
- # Ponga 7 cucharadas de aceite vegetal en el bote, cuando se calienta el suelo añadir velo. Cuando la salsa del velo se evapora, añadir cebolla picada.
- # Cuando los trozos de cebolla finamente suavizar añadir los pimientos en rodajas. Cuando los pimientos obtener un poco cocido, agregar la pasta de tomate en un primer momento, entonces los tomates rallados.
- # Añadir sal y retirar la olla de la estufa.
- # Retirar las berenjenas del agua salada y seca.
- # Coloque 1 vaso de aceite a la sartén cuando el aceite se caliente agregar las berenjenas, y freír hasta que se convierte en rosa.
- # Coloque el berenjenas fritas en la toalla de papel para eliminar su petróleo extra.
- # Colocar las berenjenas en una olla plana o una cacerola con tapa, hacer agujeros en el relleno de las berenjenas.
- # Hacer estos agujeros más grandes, y llenar el cocido relleno en estos agujeros.
- # Lugar media en estos pimientos, tomate y círculos. Después de preparar todas estas berenjenas, vierta 1 taza de agua caliente en todo, la cobertura en la tapa.
- # Coloque la olla sobre fuego lento y cocine por 20 minutos.
- # Servir bien caliente.

Nota: Puede cocinar la comida en el horno a 190 C por 15-20 minutos en lugar de cocinar en fuego lento durante 20 minutos.