

image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

image not found or type unknown



**Cómo hacer tomates rellenos. Autor: Juventud Rebelde Publicado: 19/03/2021 | 12:22 pm**

## Sabrosos tomates rellenos

Tomate relleno es la receta que te presentamos hoy, así que continúa leyendo para que aprendas a hacer este entrante en tu cocina

**Publicado: Viernes 19 marzo 2021 | 12:46:33 pm.**

**Publicado por: Roxana Arean Matos, Lester Elder Caballero Cintra**

Entre las clásicas entradas que se sirven en los hogares chilenos está el popular tomate relleno. ¿Qué le podemos echar? Pues muy fácil, lo que tengamos en casa.

En el día de hoy el chef internacional Dagoberto Raola Iglesias, miembro del Proyecto Artechef nos muestra cómo hacer tomates rellenos con mortadella, acompañado de un *crudité* de zanahorias con pimiento salteado y cebollino.

### Ingredientes

Tomates maduros

Jamonada

Cebolla

Pimiento

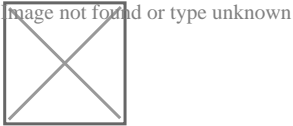
La pulpa extraída del tomate

## Elaboración del relleno

Incorporamos en la sartén la cebolla, luego el pimiento, lo movemos y adicionamos la pulpa extraída del tomate. Se mueve unos minutos para entonces incorporar la jamonada.

Una vez listo el relleno, cortamos el tomate por la parte de abajo. Con un cuchillo pequeño extraemos la pulpa hasta vacearlo lo más posible. Ya limpio, introducimos el relleno.

Para decorar el plato al finalizar la elaboración, agregamos un *crudité* de zanahorias con unos pimientos salteados con cebollino.

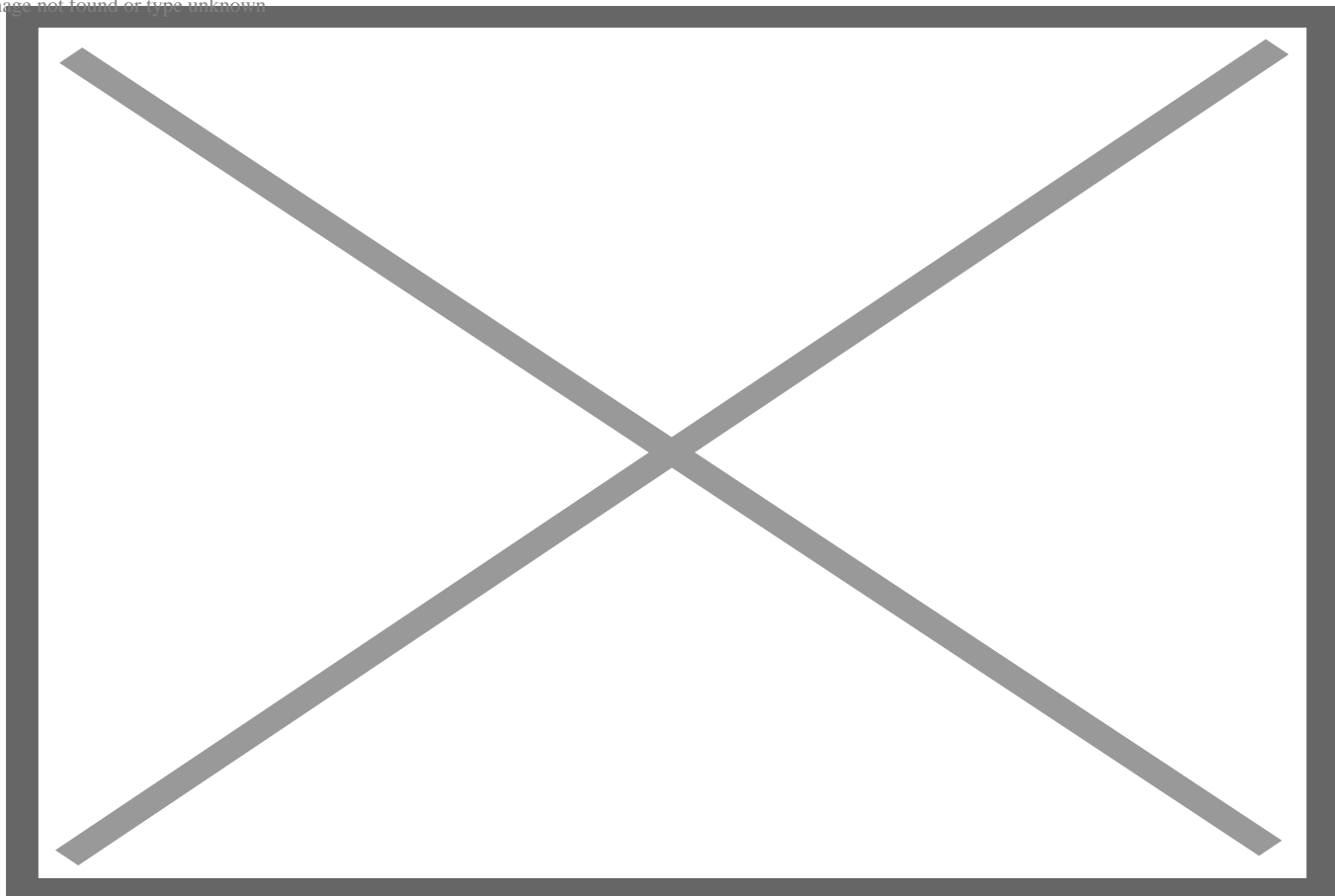


El chef Raola Iglesias asegura que la proteína en esta receta es opcional. «Al tomate se le puede adicionar lo que tengamos en casa. Se puede hacer solo de vegetales, ya que este tipo de contraste es muy nutritivo».

## Diccionario culinario

**Crudité:** es una gama de primeros platos tradicionales de la gastronomía francesa compuesta de hortalizas crudas. Es un aperitivo fácil, sano y rápido.

Image not found or type unknown



## Curioseando

El tomate relleno es una de las clásicas entradas que se sirven en los hogares chilenos. En varios idiomas el nombre del plato significa literalmente tomates rellenos incluidos en países asiáticos. En naciones como Italia el nombre específica que contiene arroz. En Turquía se rellena con carne, arroz, perejil, menta. Y en Roma sólo se hace con arroz y canela.

Espero esta fácil receta les guste y pruebe hacerla en casa. Nosotros leeremos sus comentarios y propuestas de platos. Él próximo viernes volveremos con otra exquisita propuesta.

<https://www.juventudrebelde.cu/suplementos/cocina-con-jr/2021-03-19/tomates-rellenos>