



MINI QUICHES DE CABALLA CON PIMIENTOS Y ACEITUNAS



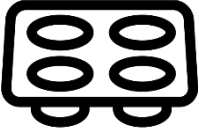






Ingredientes

(Para 4 personas)

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
|  |  |  |  |  |  |
| Cien gramos de queso rallado | Doscientos mililitros de nata | 2 huevos | 2 cucharadas de aceite | orégano | 1 paquete de obleas empanadillas |
|  |  |  | | | |
| 2 latas de caballa | Una lata de aceitunas sin hueso | 1 lata de pimientos asados | | | |



Utensilios

| | | | | |
|---|---|---|--|---|
|  |  |  |  |  |
| Molde de magdalenas | Batidora | Vaso de batidora | Horno | Tabla y cuchillo |
|  |  | | | |
| Pincel de cocina | Cuchara | | | |

Elaboración

- 1.- Pon la nata y casca los huevos en el vaso batidor.
- 2.- Bate los ingredientes, durante 10 segundos.
- 3.- Engrasa con aceite el molde de magdalenas con el pincel de cocina.
- 4.- Prepara los ingredientes para rellenar las mini quiches:
 - Abre las latas.
 - Pon la caballa en un plato y desmenuza.
 - Parte el pimiento en trozos.
 - Parte en dos las aceitunas.
- 5.- Pon una oblea en cada hueco del molde de magdalenas.
- 6.- Acomoda la oblea con los dedos para dar forma.
- 7.- Pon una cucharada pequeña de queso rallado en el fondo de las obleas.



8.- Rellena las obleas:

- Echar encima dos cucharadas pequeñas de caballa.
- Añade una cucharada pequeña de pimientos rojos.
- Pon una cucharada pequeña de aceitunas negras.
- Espolvorea con orégano.

9.- Añade tres cucharadas grandes de la mezcla de nata y huevo a cada oblea.

10.- Añade un poco de queso rallado por encima.

11.- Mete al horno 180 grados durante 20 minutos.

12.- Sacar y dejar enfriar.

13.- Desmolda con ayuda de un cuchillo y sirve en un plato. Se pueden comer calientes o frías.

“Escanea para verlo y ¡a disfrutar!”

