



Croquetas caseras de atún:

Ingredientes (4 pax): 3 latas de atún claro, 180g de queso crema, 1 huevo, 2 cuch pan rallado, orégano, aceite.

Escurrimos bien las latas de atún e incorporamos el queso, el pan rallado y un poco de orégano y mezclamos bien con un tenedor. Cogemos porciones de la mezcla y hacemos bolitas que pasamos primero por pan rallado, luego huevo y finalmente pan rallado de nuevo. Freímos las bolitas en aceite de oliva caliente y cuando estén doradas, las sacamos y dejamos secar con papel absorbente.

Moussaka:

Ingredientes (4 pax): 3 berenjenas medianas, 400g carne picada ternera/cordero, 2 patatas, 1 cebolla, 1 diente de ajo, 3 tomates maduros, 1 huevo, tomillo, pimienta y sal, bechamel, queso rallado.

Lavamos las berenjenas y las cortamos a rodajas finas y las dejamos con sal.

Mientras freímos las patatas a rodajas y las dejamos en papel absorbente.

Luego secamos las berenjenas y las sofreímos y apartamos. En esa sartén sofreímos el ajo y la cebolla picados y la carne y al poco el tomate y el tomillo, y una vez esté hecha, apartamos del fuego y añadimos el huevo batido para ligar.

En un molde para horno colocamos la base de patatas, luego alternamos capa de berenjena con capa de carne en salsa. Cubrimos con bechamel y queso rallado y horneamos 20 minutos y finalmente gratinamos 5 minutos más.



Helado de plátano casero

Ingredientes: 2-3 plátanos maduros.

Opcional: cacao en polvo, mantequilla de cacahuete, fresas congeladas...

Cortamos los plátanos maduros a rodajas y los congelamos la noche anterior.

En una batidora/procesador de alimentos metemos el plátano congelado y picamos bien hasta que quede una consistencia cremosa (tenemos que tener paciencia) y ya tenemos nuestro helado.

Podemos añadir crema de cacahuete a la mezcla, cacao en polvo, canela... o añadir más frutas al plátano como fresas o frutos rojos congelados.

