



Berenjena asada en salsa de tomate con rigatoni y ensalada fresca

Vegetariano <650 calorías

Cocinando: 25 min • Listo en: 45 min

8



Berenjena



Albahaca



Queso rallado



Rigatoni



Tomate



Tomate triturado



Mezclum



Vinagre balsámico



Espesias italianas

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, azúcar.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Colador, bol grande, sartén mediana, fuente para el horno, cazo con tapa, ensaladera

Ingredientes

	2P	4P
Berenjena	1 unidad	2 unidades
Albahaca*	½ unidad	1 unidad
Queso rallado* (7)	50 gramos	100 gramos
Rigatoni (13)	180 gramos	360 gramos
Tomate	2 unidades	4 unidades
Tomate triturado	200 gramos	400 gramos
Mezclum	½ unidad	1 unidad
Vinagre balsámico (14)	1 sobre	2 sobres
Especias italianas	1 sobre	2 sobres
Ajo	2 unidades	4 unidades
Azúcar	2 cucharaditas	4 cucharaditas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	464 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2510/ 600	541/ 129
Grasas (g)	9,7	2,1
de las cuales saturadas (g)	5,7	1,2
Carbohidratos (g)	80,9	17,4
de los cuales azúcares (g)	14,7	3,2
Proteínas (g)	20,4	4,4
Sal (g)	1,0	0,2

Alérgenos

7) Leche (13) Cereales que contienen gluten (14) Sulfitos.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

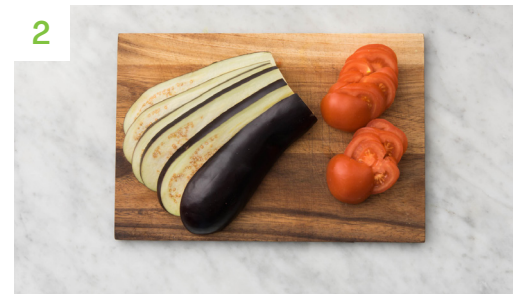
¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en [hellofresh.es](https://www.hellofresh.es) o nuestra app para evaluar la receta.



1 Cuele la pasta

Precalienta el horno a 220°C. En un cazo, pon suficiente **agua** para hervir la **pasta** y agrega una pizca de **sal**. Cubre con una tapa y lleva a ebullición. Cuando hierva, agrega los **rigatoni** y cocina 10-12 min o hasta que estén tiernos. Luego, escurre con la ayuda de un colador y devuelve al cazo.

CONSEJO: Agrega un chorrito de aceite a la pasta cocida y mezcla para que no se pegue.



2 Corta y cocina la berenjena

Corta la **berenjena** a lo largo en rodajas de 0,5-1 cm de grosor. Corta el **tomate** en rodajas de 0,5-1 cm. Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). En una sartén, calienta un chorrito generoso de **aceite** a fuego medio-alto. Dora las **berenjenas** durante 4-5 min por cada lado. **Salpimenta** al gusto.



3 Prepara la salsa

En un bol grande, mezcla la mitad del **tomate triturado** (doble para 4p), el **ajo**, el **queso rallado**, el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes), la mitad del **vinagre balsámico** y la mitad de las **especias italianas**. **Salpimenta** y remueve para que la **salsa** sea homogénea.



4 Asa la berenjena

En una fuente para el horno, agrega un chorrito de **aceite** y reparte bien por toda la superficie. Luego, cubre con una capa de la **salsa de tomate** y con rodajas de **tomate**. Agrega encima las **berenjenas** y cúbrealas de nuevo con **salsa de tomate** y **tomate** en rodajas. Repite el proceso y acaba con una capa de **salsa**. Agrega las **especias italianas** restantes y hornea por 20-25 min.



5 Prepara y adereza la ensalada

En una ensaladera, agrega un chorrito de **aceite** y el resto del **vinagre balsámico**. Antes de servir, añade la mitad del **mezclum** (doble para 4p) y **salpimenta**. Mezcla para aderezar la **ensalada** por completo. Deshoja la mitad de la **albahaca** (doble para 4p).



6 Emplata y disfruta

Sirve los **rigatoni** en platos. Coloca encima las **berenjenas** con **salsa de tomate** y adorna con hojas de **albahaca**. Sirve la **ensalada** como acompañamiento.

¡Que aproveche!