



BERENJENAS MARINADAS CON RÚCULA, ORÉGANO Y ALBAHACA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 400 g de berenjena
- 1 rama de orégano fresco
- 15 hojas de albahaca
- 40 g de rúcula
- 40 g de aceite de oliva virgen
- 5 ml de vinagre de Módena
- 1 diente de ajo
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Enciende el grill del horno. Mientras se calienta, pela los dientes de ajo y aplástalos con una prensa . Selecciona las hierbas y la rúcula, retira los tallos, lávalas con rapidez, escúrrelas y pícalas , a excepción de algunas hojas de albahaca.
- Mezcla el ajo machacado, la rúcula, el orégano y la albahaca en un recipiente. Lava y seca las berenjenas . Córtales en rodajas de 5 o 6 mm de grosor en sentido longitudinal.
- Coloca una hoja de papel de aluminio sobre la rejilla del horno y distribuye encima las rodajas en perpendicular, para que se puedan dar la vuelta. Ásalas 3 o 4 min por



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 2.7 g	Grasas 10.3 g
Kcal 114	Proteínas 1.5 g

cada lado en el penúltimo nivel.
Deben quedar blandas.

- Recubre un molde de bizcocho con papel manteca para que resulte más fácil desmoldar y dispón una capa de berenjenas . Salpimienta y espolvorea con parte de la mezcla de ajo y hierbas. Rocía con el vinagre y el aceite de oliva . Alterna los ingredientes en distintas capas. Recorta el papel sobrante . Coloca un film sobre el molde y resérvalo en el frigorífico durante 2 horas.
- Retira la bandeja 30 min. antes de comer para que esté a temperatura ambiente. Desmolda . Decora con las hojas de albahaca reservadas.