

PAPITAS RELLENAS

Ingredientes

- 5 papas medianas
- 1 cdita. Aceite de olivo
- ½ cucharadita de mantequilla
- Sal y pimienta
- 1 Pimiento rojo grande en cubos
- 1/2 Cebolla picada
- 500g de camarones pacotilla
- 120g queso mozzarella rallado o manchego bajo en grasa

Preparación

Hervir las papas y refrigerarlas durante una noche esto sirve para crear almidón resistente, que es benéfico para la microbiota y disminuye el índice glucémico de las papas.

Saltear la cebolla y el pimiento con aceite de oliva.

Asar los camarones a la plancha.

Con una cuchara hacer un huequito en las papas, colocar un poquito de mantequilla, sal y pimienta.

Llenar con camarones, pimiento y cebolla y cubrir con el queso.

Hornear 10 minutos a 180°C o hasta que el queso se derrita.

