

# CALABACINES RELLENOS DE RAPE Y GAMBITAS

## INGREDIENTES (para 4 personas)

2 calabacines	1 vaso de leche entera
2 colas de rape	Nuez moscada
20 gambitas pequeñas congeladas	Sal
1 cebolla blanca	Pimienta
2 cucharadas soperas de harina	Pan rallado

## ELABORACIÓN

Partimos los calabacines por la mitad en horizontal, colocamos las 4 mitades en una olla, añadimos agua fría hasta que hierva y mantenemos durante 2 minutos más.

Retiramos los calabacines, los introducimos en agua fría para cortar la cocción y los dejamos reposar hasta enfriar.

Sacamos la pulpa del interior de los calabacines con la ayuda de una cuchara y reservamos.

Cortamos la cebolla a dados pequeños y la rehogamos en una sartén a fuego lento hasta que comience a perder su textura, pero sin que llegue a coger una tonalidad diferente.

Agregamos la pulpa de los calabacines y la rehogamos junto con la cebolla durante unos minutos.

Cortamos las colas de rape a dados y las añadimos a la sartén junto con las gambitas.

Espolvoreamos la harina sobre el relleno, removemos ligeramente y cocemos durante unos minutos.

Incorporamos la leche sin dejar de remover hasta obtener el espesor deseado para el relleno.

Sazonamos con nuez moscada, sal y pimienta negra.

Rellenamos los calabacines, los cubrimos con un poco de pan rallado y horneamos a 200°C durante 15 minutos.