

Pastel gratinado de calabacín con atún



- [Enlace](#)

Ingredientes

- 2 calabacines.
- 3 latas de atún en aceite de oliva.
- 1 cebolla.
- 3 huevos.
- 200 ml de nata.
- 150 gr de queso rallado.
- Sal.
- Pimienta negra molida.
- Perejil fresco.
- 2 cucharadas de pan rallado.

Elaboración (40 minutos)

1. Preparar los calabacines.
 - Lava y corta los calabacines en rodajas finas.
 - Salpiméntalos y saltéalos en una sartén con un poco de aceite hasta que estén tiernos pero firmes.
 - Reserva hasta nuevo aviso.
2. Mientras,
 - Haz el sofrito de cebolla, pela y pica la cebolla finamente.
 - Sofríela a fuego medio con un chorrito de aceite hasta que se vuelva transparente y suave.
3. Pasamos al relleno de atún.
 - Escurre el atún y desmenúzalo.
 - En un bol, bate los huevos con la nata, añade sal y pimienta al gusto.
 - Incorpora la cebolla pochada y el atún, mezclando bien.
4. Es hora de montar el pastel.
 - Antes de nada, precalienta el horno a 200 °C.
 - Unta una fuente de horno con aceite y espolvorea pan rallado.
 - Coloca una capa de calabacín, seguida de la mezcla de atún y huevo, y espolvorea queso rallado.
 - Repite las capas, terminando con calabacín y queso.
5. Horno
 - Hornea durante 25 minutos.
 - Luego, gratina por 5-10 minutos más hasta que el queso esté dorado y burbujeante.
6. Al sacar del horno, puedes espolvorear perejil fresco picado para darle un toque de color y frescura antes de servir.

Observaciones

- El pan rallado se usa para que quede extra crujiente.
- Este pastel es perfecto para preparar con antelación. Puedes guardarlo en la nevera durante un máximo de 3 días en un recipiente hermético o bien cubierto con film transparente. Para servirlo de nuevo, caliéntalo en el horno o microondas, evitando el congelador para mantener su textura ideal.

Last update: 2026/06/05 12:16 doc:comida:recetas:calabacin_pastel https://www.euloxio.myds.me/dokuwiki/doku.php/doc:comida:recetas:calabacin_pastel?rev=1780654592

From: <https://www.euloxio.myds.me/dokuwiki/> - **Euloxio wiki**

Permanent link: https://www.euloxio.myds.me/dokuwiki/doku.php/doc:comida:recetas:calabacin_pastel?rev=1780654592

Last update: **2026/06/05 12:16**

