



Tian de verduras con queso feta

Descripción

[vc_row][vc_column width=»1/3?][vc_column_text]

El tian de verduras no tiene receta oficial. ¡Cada uno le pone lo que quiere! Tiene una base de verduras tales como calabacín, cebolla y tomate, y después viene la imaginación... Generalmente asociada al sur de Francia, esta receta tiene variantes hasta Alsacia (al noreste de Francia) donde se encuentra el delicioso baeckeoffe. El tian es una receta muy colorida con muchos sabores, que acompaña muy bien todos tipos de carnes y pescados.

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width=»2/3?][vc_single_image image=»2229? img_size=»full» onclick=»zoom»][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Receta del tian de verduras con queso feta

[/vc_column_text][/vc_column][vc_row][vc_row equal_height=»yes» content_placement=»top» css=».vc_custom_1578327110108{background-color: #f0f0f0 !important;}»][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]

4 pers

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]

Preparación 10 min

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]

Cocción 50 min

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width=»1/4?][vc_column_text] Nivel

fácil[/vc_column_text]/[/vc_column]/[/vc_row]/[/vc_row][vc_column width=»1/3?[/vc_column_text
css=».vc_custom_1581771799115{background-color: #f0f0f0 !important;}»]

Ingredientes

- 2 patatas medianas
- 1 calabacín
- 1 berenjena
- 3 tomates
- 1 pimiento
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- orégano
- romero
- tomillo
- sal, pimienta
- aceite de oliva
- 150g de feta

[/vc_column_text]/[/vc_column][vc_column width=»2/3?[/vc_column_text]

Paso a paso

1. Primero, lavar todas las verduras y precalentar el horno a 180°C.
2. Pelar las patatas, la cebolla y el ajo. Cortar en rodajas finas las patatas, el calabacín, la berenjena, los tomates, el pimiento y la cebolla.
3. Frotar el plato que irá al horno con un diente de ajo cortado en dos y machacar el otro. Poner la verduras en vertical, bien apretadas en el plato y alternando colores. Salpimentar al gusto, agregar el ajo machacado, el romero, tomillo y orégano. Agregar un generoso chorrito de aceite de oliva.
4. Hornear por 35 min aproximadamente ; 10 a 15 min antes de terminar la cocción, agregar dados de queso feta y terminar la cocción en el horno.

[/vc_column_text]/[/vc_column]/[/vc_row]/[/vc_row][vc_column][vc_column_text]

Trucos para que el tian de verduras y feta sea un éxito

- El secreto del tian es el tiempo de cocción, es lo que permite que las verduras sean tiernas. De hecho, las verduras se tienen que cocinar muy lento; es un plato que originalmente se cocinaba en el horno de la panadería, después del pan.
- Se puede hacer con o sin queso, ponerle mozzarella o queso de cabra, según lo que uno quiere. ¡Hay tantas recetas como familias!
- Es aún mejor si uno le pone hierbas y especias frescas.

[/vc_column_text]/[/vc_column]/[/vc_row][vc_row content_placement=»middle»][vc_column
width=»1/6?[/vc_column][vc_column width=»2/3?[/vc_message message_box_color=»mulled_wine»

icon_fontawesome=»fa fa-camera» css=».vc_custom_1578334845364{background-color: #f0f0f0 !important;}»]

Si cocinas recetas del blog, no dudes en sacar fotos al resultado y publicarlas en redes sociales con la mención **@vidaypimienta** o el hashtag **#vidaypimienta**

¡Muchas gracias por tu colaboración y que cocines rico!

[/vc_message][/vc_column][vc_column width=»1/6?][vc_column][vc_row][vc_row content_placement=»middle»][vc_column][vc_separator color=»mulled_wine» border_width=»3? el_width=»50?][vc_column][vc_column][vc_masonry_grid post_type=»post» max_items=»-1? style=»lazy» items_per_page=»4? show_filter=»yes» element_width=»3? gap=»10? orderby=»rand» item=»basicGrid_NoAnimation» initial_loading_animation=»none» grid_id=»vc_gid:1581771994057-e0d975fc-210f-0? taxonomies=»98, 184? filter_source=»category»][/vc_column][vc_row]

CATEGORY

1. Principal
2. Rincón salado

POST TAG

1. verduras
2. sin gluten
3. verduras

Categoría

1. Principal
2. Rincón salado

Etiquetas

1. verduras
2. sin gluten
3. verduras

Fecha de creación

23/11/2019

Autor

admin

default watermark