



LIBRO DE BERENJENA

DIFICULTAD PREPARACIÓN COCINADO
Intermedio 25 min 30 min

Ingredientes

Berenjena: 1 grande
Tomates: 2
Jamón Ibérico de cebo: 100 gr en lonchas finas
Queso tipo Havarti: 8 lonchas
Anchoas en salazón: 6 filetes
Queso rallado para gratinar
Aceite de oliva extra virgen: 4 cucharadas
Pimienta negra, orégano y albahaca
Sal



Preparación

1. Cortar en láminas de unos 7 mm la berenjena a lo largo, dejando sin cortar el extremo donde va el rabo y parte verde para que queden las láminas unidas. (Dejar unos 2 cm sin cortar)
2. Salpimentar (poca sal porque el jamón salará algo) y dejar 10 minutos para que pierdan el amargor.
3. Cortar los tomates enteros, sin pelar, en rodajas de unos 5 mm de grosor.
4. Dentro de una fuente de pírrex, o un recipiente que queramos llevar al horno, añadir dos cucharadas de aceite y colocar la berenjena con los cortes en vertical.
5. Ir abriendo una a una las láminas, pincelar con aceite, espolvorear un poquito de albahaca y añadir una capa de tomate, otra de lonchas de jamón y otra de queso hasta terminar las “hojas”.
6. Hornear durante 25 minutos con horno arriba y abajo a 180° C.
7. Antes de servir, cubrir con abundante queso rallado y espolvorear orégano. Gratinar 5 minutos.
8. Retirar del horno y adornar con los filetes de anchoa puestos en diagonal.

Notas

- *Este plato se puede presentar también con las láminas de berenjena totalmente cortadas; en este caso tendremos que montar las capas horizontalmente, una encima de otra en dos pilas, comenzando cada una por abajo con la parte que tiene más piel. El proceso de cocinado es el mismo.*

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Libro de berenjena	Vegetales y Veganos	01	12-11-2025	1 de 1

Este documento y su contenido es propiedad de Juan Carlos Sanz Tamayo. Queda prohibida su divulgación o entrega a terceros sin la previa autorización escrita del propietario.