Calabacines rellenos de arroz y carne picada

Ingredientes:

- 1 kg de calabacines pequeños
- 1 vaso de arroz (grano redondo)
- 1/4 kg carne picada
- 1/4 kg de tomate
- 2 cucharadas de aceite
- 2 manojos de perejil
- Zumo de 1 limón
- Sal, pimienta y especias

Preparación:

Lavar los calabacines, pelarlos y vaciarlos, dejarlos en agua y sal.

Rallar la cebolla y mezclarla con sal, pimienta, especias y zumo de limón.

Lavar el arroz, picar el perejil, lavarlo y escurrirlo bien.

Cortar el tomate en trocitos pequeños (Se puede pelar).

Mezclar los ingredientes y la carne picada, el aceite. Rellenar los calabacines.

Poner poca cantidad de la mezcla en el fondo de la olla y colocar encima los calabacines rellenos y cubrir con agua (2 vasos de agua).

Poner a hervir, bajar el fuego y cocer a fuego lento.