ENSALADA DE CÍTRICOS CON BROTES DE VAINA



Ingredientes Menù

Aceto balsamico di Modena I.G.P. (Vinagre balsámico de Módena I.G.P.) - EN2X

Olio extravergine di oliva (Aceite de oliva virgen extra) - EK5

Ingredientes

pan de centeno tostado

sal y pimienta

2 naranjas peladas al vivo

150 g pan tostado cortado a modo de canapés

200 g hierbas para ensalada con flores comestibles

300 g tris de coliflores (amarilla-morada-verde)

200 g repollo morado

Chef: Barbara Benvenuti

Preparación

Cortar el repollo con la cortadora doméstica y rehogar un poco en la sartén con un hilo de aceite, sal, pimienta y una cucharada de vinagre balsámico. Cortar las tres coles, lavarlas, sancocharlas en el horno con un hilo de aceite a 180°C durante unos diez minutos, hasta que se doren. Empezar el emplatado con una base de repollo sancochado, añadir la ensalada de hierbas, luego el tris de coles, el pan tostado cortado y terminar con el Surtido de vainas y las rebanadas de naranja cortadas al vivo. Ajustar de sal y pimienta y servir con un hilo de aceite. Acompañar con pan de centeno tostado (centeno, cereales, integral).

© Menù srl - Dal 1932 Produttori Specialità Alimentari
Sede legal/Establecimiento: Via Statale 12 n.102 - 41036 Medolla (MO) | Oficinas: Via Concordia n.25 - 41032 Cavezzo (MO)