



Atelier de Cocina

ENSALADA DE ALCACHOFAS Y VIEIRAS CON EMULSIÓN DE VINAGRETA

Ingredientes: (para 6 pax)

20 alcachofas
1 litro de aceite de oliva aproximadamente
Sal
4 troncos de vieiras
Perejil picado
50 grs. de almendra cruda
¼ litro de aceite de oliva
Vinagre
100 grs. de fresas

Otros: pimientos de padrón, ensalada de brotes, ramas de vainilla, sal maldón, almendra cruda y pelada.

Vinagreta: 3 de aceite, 1 de vinagre.

Elaboración:

Las alcachofas: cocer las alcachofas enteras en agua con sal durante 15 minutos para que no se oxiden.

Quitar las hojas exteriores, hasta obtener el corazón, igualar las puntas superiores y cortar en cuartos. Introducir los cuartos en una sartén, cubrir con aceite de oliva y confitar a muy baja temperatura durante 15 minutos más (no deben deshacerse).

Cortar las vieiras en dados medianos. Saltear un pelín en una sartén.

Ecurrir bien las alcachofas y mezclar con las vieiras troceadas.

La vinagreta: mezclar el aceite y el vinagre.

La almendra frita: calentar el aceite de oliva y freír la almendra. Ecurrir en papel absorbente y poner a punto de sal. Cortar en juliana fina.

La almendra cruda: cortar en juliana fina.

La fresa: lavar y cortarla en cuartos.

El pimiento de padrón o verde: cortar en juliana muy fina para que no sea costoso masticar.

En un bol mezclar las alcachofas y las vieiras con perejil picado. Aliñar con la vinagreta.

Presentación:

En un plato redondo colocar en el centro una base de mezclum, encima colocar un cortapastas redondo y montar la ensalada. Alcachofas + vieiras + sal de vainilla + pimiento + juliana de almendra frita y cruda + fresas. Salsear todo de nuevo con la vinagreta.