



Ensalada de Cogollos de Tudela a la plancha con Crema Ligera de Ajo



DIFICULTAD
BAJA



TIPO DE COCINA
MEDITERRÁNEA



Nº DE COMENSALES
2-4

Ingredientes

- 3 dientes de ajo blanco Big Garlic
- 4 Cogollos de Tudela
- 10 gr de Almendras crudas
- 100 ml de Nata de cocinar
- 2 cucharadas de Aceite Extra Virgen de oliva
- Ralladura de ¼ de lima
- Flor de sal
- 1 ramita de Eneldo fresco

Paso a Paso

1. Picamos finamente 2 dientes de ajo y los colocamos en una sartén con un poco de aceite a fuego suave.
Cuando empiecen a cambiar de color (tirando a dorado), añadimos la nata y dejamos que espese y coja textura de salsa.
2. Picamos un poco de eneldo y se lo añadimos a la salsa.
3. Limpiamos los cogollos, retirándoles las hojas externas, y los cortamos por la mitad. Después, los doramos por ambas caras en una sartén con un poquito de aceite.
4. Laminamos las almendras y las añadimos a la sartén para dorarlas ligeramente.
5. Picamos finamente el otro diente de ajo restante y 4 o 5 almendras crudas.



TERMINADO DEL PLATO:

6. Colocamos en un plato 2 medios cogollos por persona y los aliñamos con la almendra cruda picada y el diente de ajo picado (**en el paso 5**).
7. Lo salseamos todo con la crema de ajo y añadimos las almendras laminadas y tostadas (**del paso 4**).
8. Para terminar, sazonamos con un poco de flor de sal y rallamos parte de la piel de lima sobre los cogollos.

CONSEJOS DEL CHEF:

- Podemos completar la receta añadiendo queso Parmesano rallado, que realzará el sabor y añadirá textura a la ensalada.
- Es un plato sencillo, atractivo y muy sabroso. Los cogollos casan muy bien con el ajo blanco, que normalmente los suele acompañar en crudo.
En este caso, además de en crudo, lo hemos incorporado a nuestra salsa, aportando textura, suavizando el sabor y uniendo todos los ingredientes en el plato.