Budín Salado

Tiempo de preparación: 90 Min

Ingredientes

Aceite De Oliva: c/n
Ajo picado: 1 Diente
Cebolla picada: 100 Gramos
Huevos: 150 Gramos
Polvo de hornear: 15 Gramos
Tomates peritas: 4 Unidades
Sal: 15 Gramos
Semillas de zapallo: 50 Gramos
Aceite de girasol: 150 Gramos
Azúcar integral: 50 Gramos
Harina integral: 150 Gramos
Kale: 20 Gramos
Puerro picado: 100 Gramos
Queso Pategrás en cubos: 150 Gramos
Sal y Pimienta: c/n
Zuchini asado: 150 Gramos

Ensalada de hojas

Endivias: c/n
Kale: c/n
Lechuga morada: c/n
Espinaca: c/n
Lechuga criolla: c/n
Radiccio: c/n

Vinagreta

Aceite De Oliva: 75 c.c.
Tomillo: 2 Ramas
Sal y Pimienta: c/n
Aceto balsámico: 25 c.c.
Miel: 2 cdas
Semillas de sésamo: 2 cditas.

Preparación de la Receta

- En sartén con aceite de oliva rehogar *cebolla*, *puerro*, *ajo*, *condimentar* con sal, pimienta y cocinar hasta que los vegetales estén tiernos.
- Reservar.
- En otra sartén con aceite de oliva *dorar* bien los tomates peritas en mitades por ambos lados.

- En un bowl mezclar aceite y azúcar hasta disolver.
- Agregar huevos de a uno revolviendo con batidor.
- Añadir *harina*, sal, polvo de hornear (tamizado) y mezclar hasta unir.
- Hacer un puré rústico con los zucchinis asados (piel incluida) y sumarlos a la preparación junto a los vegetales rehogados.
- Incorporar semillas de *zapallo*, queso pategrás en cubos, hojas de kale cortadas a mano, 5 mitades de tomates grillados picados y mezclar hasta integrar.
- Llevar la preparación a budinera con papel *manteca* aceitado llenando ¾ del volumen.
- Colocar encima las 3 mitades de tomates grillados y semillas de *zapallo*.
- Cocinar en horno a 170° C por 25 minutos. .

Vinagreta

- En un bowl mezclar aceto balsámico, sal, pimienta, miel e ir agregando aceite de oliva hasta emulsionar.
- Añadir *tomillo* y semillas de *sésamo*

Armado

- Servir el budín en rodajas gruesas acompañado de la ensalada aderezada con la vinagreta.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/budin-salado