

Carpaccio de vegetales y curry

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Para el Carpaccio de vegetales

Alcaparras: 2 Unidades

Nabos: 2 Unidades

Sal entrefina: 2 g

Hinojos: 2 Unidades

Remolacha: 2 Unidades

Aceite De Oliva: 2 cdas.

Jugo de Limón: 1 Unidad

Zanahorias baby: 2 Unidades

Anchoas: 2 Unidades

Para el cous cous

Cous Cous: 1 Taza

Agua: 2 Tazas

Sal: 1 cda.

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Para el Curry

Berenjena: 1 Unidad

Semillas De Mostaza: 1 cda.

Chile: 1 Unidad

Tofu duro: 150 g

Ajo: 1 Diente

Zucchini: 1 Unidad

Jengibre: 1 cda.

Caldo: 1/2 Taza

Cebolla: 1 Unidad

Curry: 1 cda.

Banana: 1 Unidad

Morrón Verde: 1 Unidad

Morrón Rojo: 1 Unidad

Almidón de Maíz: 1 cda.

Preparación de la Receta

Para el Carpaccio de vegetales

- Cortar las verduras en láminas finas.
- Mezclar con la sal entrefina.

- Para la vinagreta

- Procesar las anchoas, el *jugo* de *limón*, las *alcaparras* el aceite de oliva

Para el Curry

- Cortar el *zucchini*, la *berenjena*, y los morrones en trozos
- Llevar a una placa con aceite de oliva, sal y pimienta y cocinar en horno a 190° hasta que estén doradas.
- *Saltear* en una sartén con aceite de oliva la *cebolla* cortada en juliana, el *ajo* picado, el *jengibre* y el *chile* cortado.
- Agregar el **curry** y las semillas de *mostaza*.
- Cortar el *tofu* en cubos, la *banana* en rodajas y sumar al *curry*.
- Agregar el caldo.
- Salar.
- Espesar con el almidón de maíz disuelto en caldo de verduras.

Para el cous cous

- Hidratar el cous cous con el agua.
- Agregar 1 cda.
- De sal y aceite de oliva.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/carpaccio-de-vegetales-y-curry>