

Ensalada César

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Cuadritos de concolon

Aceite para freir: Cantidad necesaria

Arroz: 1 Taza

Sal: 2 cditas.

Agua: 2 Tazas

Ensalada

Jugo de Limón: 1 cdita.

Yema: 1 Unidad

Ajo: 2 Dientes

Lechuga: 200 g

Aceite De Oliva: 5 cdas.

Queso Parmesano: 100 grs.

Sal y Pimienta: A gusto

Mostaza: 1/2 cdita.

Plátanos al horno

Manteca: Cantidad necesaria

Azucar rubia: A gusto

Canela: A gusto

Leche de coco: 1/2 Taza

Queso Fresco: 100 g

Platanos: 3 Unidades

Pollo

Sal: A gusto

Aceite: 50 cc

Pechugas de pollo cocidas: 2 Unidades

Pimiento colorado: 1/2 Unidad

Jugo de Limón: A gusto

Cilantro: A gusto

Cebolla Morada: 1 Unidades

Preparación de la Receta

Cuadritos de concolon

- En una *cacero* disponga el agua, sal, el *arroz* y lleve al fuego hasta que el agua se consuma.
- Sobre una placa enmantecada extienda el *arroz* hasta formar una capa pareja y compacta de 2 cm de espesor.
- Con la ayuda de un cuchillo mojado corte la capa de *arroz* en cuadrados de 3 cm de lado y lleve al horno precalentado a 90° C durante 1 hora o hasta que estén totalmente secos y dorados.
- Deje bajar la temperatura, desmolde y separe los cuadrados previamente marcados.
- Fría en aceite caliente momentos antes del servicio hasta dorarlos y escurra sobre papel absorbente.

Plátanos al horno

- Corte los plátanos al medio a lo largo, desprenda de su cáscara y luego corte el *plátano* en rebanadas.
- Ralle el queso fresco.
- Acomode las rodajas de *plátano* dentro de las cáscaras, espolvoree con azúcar, canela, bañe con la leche de coco y termine con el queso fresco rallado.
- Disponga en una fuente resistente al calor y gratine en el horno caliente.

Pollo

- Desmenuce la carne de la pechuga de *pollo*.
- Pique finamente la *cebolla* y el *pimiento*.
- En una sartén caliente con aceite dore la carne de *pollo* con la *cebolla* y el *pimiento* durante unos minutos.
- Pase a un bowl y condimente con sal, *jugo de limón* y *cilantro* picado.

Ensalada

- Corte la *lechuga* con las manos.
- Corte el queso parmesano en escamas.
- Pique finamente el *ajo*.
- En un bowl mezcle el *jugo de limón*, la yema, el *ajo* picado, sal y pimienta.
- Vierta el aceite en forma de hilo mezclando constantemente hasta emulsionar.
- Incorpore el queso, la *lechuga* y mezcle bien.

Presentación

- En el centro de un plato sirva una porción de ensalada, alrededor sirva el *pollo*, los plátanos y corone con los cuadrados de concolon.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-cesar>