

Ensalada con toques asiáticos

Tiempo de preparación: 50 Min



Ingredientes

Pan: 3 Piezas

Mantequilla: 1 Cucharada

Lechuga romana baby: 4 Tazas

Edamame: 3/4 Taza

Aguacate: 1 Pieza

Aceite: 1 Cucharada

Soya: 1 Cucharadita

Pollo cocido: 300 gr

Nuez de la india: 1/2 Taza

Parmesano: Cantidad necesaria

para el aderezo

Anchoa: 3 Filetes

Wasabi hidratado: 1 Cucharadita

Miso blanco: 1 Cucharada

Vinagre de Arroz: 1 Cucharada

Aceite de pepitas de uva: 1/2 Taza

Echalote: 1 Cucharadita

Jengibre: 1 Cucharadita

Limón amarillo: 1 Pieza

Mostaza Dijon: 1 Cucharadita

Sal y pimienta negra:

Preparación de la Receta

- Calentar en un sartén la *mantequilla*, el aceite y la soya
- Agregar el pan en cubos y *saltear* hasta que queden dorados.

Para el aderezo

- Colocar en el vaso de la licuadora invertida las anchoas, el echalote, el *wasabi*, el *jengibre*, el *miso blanco*, el *jugo* y la ralladura de *limón*, el *vinagre de arroz*, la *mostaza dijon*, pimienta y el aceite de pepitas de uva.
- Accionar la licuadora hasta obtener una consistencia cremosa.
- Disponer las hojas de *lechuga* en un platón
- Agregar los edamames, la nuez de la india, el *aguacate* en cubos, el *pollo cocido* cortado en cubos y los crutones
- Verter el aderezo.

- Añadir pimienta a gusto y queso parmesano rallado.

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