Ensalada de Coliflor por Marcela Lovegrove

Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Dressing de curry

Albahaca fresca picada: 10 grs
Lima para su ralladura y jugo: 1 unidad
Leche de coco: 100 cc
Vinagre de manzana: 1 cda
Curry en polvo: 1 cda
Miel: 1 cda
Sal y Pimienta: c/n

Garbanzos

Ají molido: 2 cdita
Paprika: 2 cditas.
Cúrcuma: 1 cdita
Lima para su jugo: 1 unidad
Coriandro: 2 cditas.
Garbanzos cocidos: 300 grs
Aceite De Oliva: c/n

Tabule de coliflor

Cebolla morada en pluma: 1 unidad
Coliflor: 1 unidad
Hojas de radiccio: 100 grs
Menta fresca picada: 2 cdas
Cilantro fresco picado: 2 cdas
Hojas de espinaca fresca: 100 grs
Mango cortado chiquito: 1 unidad
Queso feta desgranado con la mano: 200 grs

Preparación de la Receta

Garbanzos

- En un bowl mezclar los garbanzos con *páprika*, *cúrcuma*, coriandro, *ají* molido, sal y *jugo* de lima.
- En sartén con muy poco aceite de oliva *saltear* hasta *dorar* y que estén crocantes (aprox 5 minutos)

Tabule de coliflor

- Cortar el **coliflor** en trozos y procesar hasta obtener un granulado.
- En un recipiente, mezclar el *coliflor* con la *espinaca*, radiccio en juliana, mango, *cebolla*, *cilantro*, *menta* y el queso feta.
- Incorporar los garbanzos y luego *condimentar* con el dressing de *curry*.

Dressing de curry

- En un bol mezclar leche de coco, *vinagre* de *manzana*, *albahaca*, *jugo* y ralladura de lima, miel, *curry* en polvo, sal y pimienta.

Armado

- *Condimentar* la ensalada con un poco de dressing y servir en fuente amplia.
- Acompañar con el dressing restante.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-coliflor-por-marcela-lovegrove