elGourmet

Ensalada de corazón de lechuga zen

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Lechuga: 2 Plantas
Queso Parmesano: 100 grs.
Cebollin picado: A gusto
Manitas de cangrejo: 2 Unidades
Huevos: 2 Unidades
Granada: 1 Unidad
Aguacates: 1 Unidades
Cilantro: 1 Ramillete

Mayonesa casera

Vinagre de vino: 1 cda.
Sal: A gusto
Yema: 1 Unidad
Pasta de miso: 1 cdas.
Aceite De Maíz: 1 Taza
Aceite De Oliva: 2 cdas.
Azucar: 1 cdita.
Dashi: 2 cdas.

Preparación de la Receta

- En una olla con agua fría cocine los huevos durante 10 minutos
- Retire y pele.
- Desgrane la granada.
- Corte el *aguacate* al medio, retire el *carozo*, corte en gajos y luego pélelo.
- Separe las hojas de *cilantro* del tallo
- Reserve solo las hojas enteras.
- Pique el *cebollin*.
- Retire las hojas externas de la **lechuga** reservando el corazón.
- Retire la carne del interior de las manos de *cangrejo* y corte en trozos.
- Corte los huevos dando forma de gajos.

Mayonesa casera

- Coloque la yema en un bowl junto con el *vinagre*, sal y pimienta, bata y agregue en forma de hilo el aceite de maíz y luego el aceite de oliva.
- Disuelva la pasta de *miso* con el dashi, luego añada a la *mayonesa* junto con el azúcar mientras mezcla.

Armado

- Corte los corazones de la *lechuga* en cuartos.
- Coloque en la base de una fuente honda la *mayonesa* casera, luego los corazones de *lechuga*, la carne de *cangrejo* y los huevos.

Presentación

- Decore la ensalada con los granos de granada, el *cilantro*, y espolvoree con el *cebollin* picado y escamas de queso parmesano, condimente a gusto.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-corazon-de-lechuga-zen