Ensalada de mejillones y legumbres



Tiempo de preparación: 25 Min

Ingredientes

Pimienta: A gusto
Cebolla: 1 Unidad
Atado de perejil fresco: 1 Unidad
Pimiento rojo: 1 Unidad
Cebollitas de verdeo: 1 Manojo
Limones para jugo: 2 Unidades
Cebolla Morada: 1 Unidad
Vino Blanco: 100 Ml.
Sal: A gusto
Aceite de oliva extra virgen: Cantidad deseada
Atún en escabeche: 1 Lata
Pimiento amarillo: 1 Unidad
Pimiento verde: 1 Unidad
Garbanzos cocidos: 300 g
Tomate pera: 1 Unidad
Mejillones: 1 k

Preparación de la Receta

Para comenzar

- En una olla grande, salteamos la *cebolla* en *brunoise*, agregamos los mejillones limpios y el vino blanco
- Tapamos la olla y esperamos a que abran
- Espolvoreamos con *perejil* fresco picado y reservamos fuera del calor.
- Por otro lado, preparamos la ensalada

Para ello

- Cortamos el *pimiento* rojo, el amarillo y la *cebolla* en *brunoise* y el *pimiento* verde en juliana
- Mezclamos todo en un bowl con el *atún* desmigado, el *tomate* en cubitos y los garbanzos.
- Cuando los mejillones se hayan abierto, los separamos de sus conchas (reservando algunos para la decoración) y mezclamos con la ensalada.
- Hacemos una vinagreta con el *jugo* de *limón*, la sal, la pimienta y el aceite y condimentamos con ella la ensalada.

Para terminar

- Emplatamos, decoramos con un poco de *perejil* y unos mejillones enteros y servimos

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-mejillones-y-legumbres