

Ensalada de Nopal y ensalada de frisse con aguacate criollo

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Ensalada de lechuga frisse

Jitomate cherry amarillo: 12 Unidades

Lechuga frisse: 200 g

Jitomate cherry rojo: 12 Unidades

Pepino al vacío: 1 Unidad Aguacate criollo: 2 Unidades

Jitomate cherry naranja: 12 Unidades

Ensalada de nopal

Cilantro Picado: 1 cda.

Chile serrano: 1 Unidad Tomate concasse: 120 g

Nopales: 4 Unidades

Sal Marina: A gusto

Queso canasto rallado: 80 g Flores de orégano: A gusto

Granizado de tomate

Cebolla: 1 Unidad

Ajo: 2 Dientes

Jitomates: 1/2 k

Vinagreta de mostaza de dijón

Mostaza de Dijon: 1 cda. Jugo de Limón: 10 cc

Aceite De Oliva: 125 cc

Yema de huevo: 1 Unidad Sal y Pimienta: A gusto

Vinagreta tradicional

Jugo de Limón: 10 cc

Sal y Pimienta: A gusto Orégano molido: 1 cdita.

Aceite Vegetal: 15 cc Aceite De Oliva: 15 cc Cebolla Morada: 1 Unidades

Preparación de la Receta

Ensalada de lechuga frisse

- Corte los aguacates con piel en finos gajos.
- Corte los jitomates por la mitad.
- Corte el pepino al vacío en finas laminas, casi transparentes y luego enróllelas.
- Quite el corazón de la lechuga frisse y colóquelo en un bowl.

Vinagreta de mostaza de dijón

• En un bowl coloque la yema de *huevo*, agregue *mostaza* de dijón, sal marina, pimienta negra recién molida y *jugo* de *limón*, bata con un globo y luego incorpore el aceite de oliva en forma de hilo mientras bate hasta emulsionar.

Ensalada de nopal

- Corte los nopales en bastones parejos, colóquelos en un bowl y espolvoree con abundante sal marina, mezcle con las manos unos minutos y luego enjuáguelos con abundante agua, cambie el agua 3 veces mas.
- Corte el chile serrano en juliana.

Granizado de tomate

- Pele la cebolla y los dientes de ajo y córtelos groseramente al igual que los jitomates, luego lícuelos y cuele
- Coloque en un recipiente de vidrio y reserve en el congelador durante 24 horas
- Transcurridas las horas de reposo raspe logrando el granizado.

Vinagreta tradicional

 Pele y corte la cebolla en fina brunoise, colóquela en un bowl y agregue jugo de limón, orégano molido, aceite de oliva y aceite vegetal, sazone con sal y pimienta, mezcle y reserve.

Armado

- Para el armado de la lechuga frisse

Condiméntela con la vinagreta de mostaza de dijón y mezcle.

- Para el armado de la ensalada de nopal

• Una vez que los nopales estén bien enjuagados escúrralos, incorpore los tomates *concassé*, condimente con la vinagreta tradicional y agregue la juliana de *chile* y el *cilantro* picado.

Presentación

- Sobre el plato de presentación realice una línea con mostaza de dijón, luego acomode sobre uno de los extremos una porción de la lechuga frisse y acompañe con los rollos de láminas de pepino, los jitomates amarillos, rojos y naranjas y un gajo de aguacate, condimente con sal de grano y unas gotas de vinagreta.
- Sirva en un plato una porción de ensalada de **nopal** y acompañe con queso canasto
- Decore con el granizado de tomate y flores de orégano

Consulta la receta original en

https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-nopal-y-ensalada-de-frisse-con-aguacate-criollo