

# Ensalada Templada de Trigueros

Tiempo de preparación: 22 Min



## Ingredientes

**Huevo:** 1 Unidad

**Pimienta:** Cantidad necesaria

**Panceta:** 2 Lonjas

**Queso parmesano para rallar:** 1 Pieza

**Piñones:** 1 cda.

**Vinagre de Módena:** Cantidad necesaria

**Brotes tiernos:** 1 Bouquet

**Espárragos trigueros:** 1 Manojó

**Pasas amarillas:** 1 cda

**Aceite de oliva extra virgen:** Cantidad necesaria

**Sal en escamas:** Cantidad necesaria

## Preparación de la Receta

- Dependiendo del grosor de los espárragos y sólo si fuera necesario, escaldar previamente en una olla con agua hirviendo durante 30 segundos.
- En una sartén, *dorar* los espárragos con unas gotas de aceite y pimienta.
- Disponer los espárragos sobre una cama de brotes tiernos aliñados con sal, aceite y Módena
- *Sazonar* con sal en escamas.
- En la misma sartén de los espárragos, *dorar* la *panceta* picada y los piñones
- Retirar del fuego e incorporar las pasas.
- Echar esta mezcla sobre los trigueros
- Terminar con el *huevo* semi-cocido abierto a la mitad y una buena cantidad de lascas de parmesano.
- Servir y disfrutar.

## Para un mejor sabor y cocci&oacute

- N, quítale la parte blanca a los espárragos y córtalos a la mitad.
- Recuerda que, a la hora de cocinar, siempre es mejor que el *huevo* se encuentre a temperatura ambiente.

## Para m&aacute

- Si recetas tan deliciosas como ésta, no te pierdas la nueva temporada de "Los 22 minutos de Julius".

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-templada-de-trigueros>