Ensalada Tibia de los Petersen



Tiempo de preparación: 45 Min

Ingredientes

Ensalada Tibia

Apio: 80 grs
Azucar de caña: c/n
Garrapiñada de semillas de zapallo: c/n
Limón para jugo: 1 Unidad
Perejil: c/n
Portobellos: 250 grs
Sal: c/n
Aceite De Oliva: c/n
Arroz yamaní: 250 grs
Dátiles: 100 grs
Hojas de apio: c/n
Pasas de Uva: 100 grs
Pimienta: c/n
Repollitos de Bruselas cocidos: 250 grs
Salsa de soja: 3 cdas
Tofu: 300 grs

Vinagreta

Aceite De Maíz: 5 cdas
Hojas de apio: c/n
Salsa de soja: 4 cdas
Azucar: 1 cda
Limón para jugo: 1/2 Unidad

Preparación de la Receta

Ensalada Tibia

- *Dorar* en *plancha* caliente con aceite de oliva los repollitos de bruselas cortados en mitades.
- *Condimentar* con sal, pimienta y continuar hasta *dorar*.
- *Dorar* en la misma *plancha* caliente *hongos* portobellos en mitades y *tofu* en bastones
- Dar vuelta para *dorar* por todos sus lados
- Reservar.

- Cuando todo esté dorado añadir azúcar de caña, salsa de soja y *jugo* de *limón*.
- En un bol mezclar *arroz* yamaní *cocido*, *apio* picado, *perejil* picado, hojas de *apio*, pasas de uva hidratadas y dátiles en mitades.
- Añadir garrapiñada de semillas de *zapallo*, *tofu*, *hongos* portobello y repollitos de Bruselas.
- Mezclar todos los ingredientes y *aderezar* con la vinagreta

Vinagreta

- Licuar *jugo* de *limón*, salsa de soja, aceite de maíz, azúcar y hojas de *apio*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/ensalada-tibia-de-los-petersen