elGourmet

Ensalada tibia de pepinos

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Sal fina: c/n
Aceite De Oliva: c/n
Limon: 1/2 unidad
Orégano seco: c/n
Pepino: 1 unidad
Semilla de hinojos: 1 cda
Aceitunas griegas: 100 g
Cebolla Morada: 1/2 unidad
Morrón Rojo: 1
Orégano fresco: c/n
Queso feta: 50 g
Tomates cherry: 250 g

Preparación de la Receta

- *Pelar* y retirar las semillas del pepino
- Cortar en aros de ½ cm y colocar en un bowl.
- *Condimentar* con un poco de sal, mezclar y dejar reposar 10 minutos.
- Tostar en sartén sin materia grasa apenas semillas de hinojos.
- Añadir cuando comiencen a soltar su aroma aceite de oliva y *morròn* rojos en tiras de ½ cm.
- Cocinar hasta que comiencen a ablandarse.
- Incorporar rodajitas de *limon* finas, *cebolla* morada en pluma, sal, aceite de oliva, *orègano* fresco y seguir cocinando por unos minutos.
- Agregar los tomates cherries (en mitades y enteros) y cocinar por 2 minutos sin que se desarmen.
- Añadir los pepinos y *saltear* hasta caentarlos.
- Servir en fuente y terminar con queso feta desgranado, aceitunas griegas, *orègano* seco y aceite de oliva por encima.

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