

Flautas de hierbas con salsa de tomate al ajillo

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Ensalada

Mijo cocido: 2 cdas.

Zanahorias ralladas: 5 grs.

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite de jengibre: Cantidad necesaria

Vinagre Blanco: 20 cc

Lechugas mixtas: 200 g

Guarnición

Berenjena: 1 Unidad

Pimiento rojo: 1/2 Unidad

Zucchini: 1 Unidad

Queso rallado: 100 g

Cebolla caramelizada: 2 cdas.

Champiñones: 4 Unidades

Corazón de alcaucil: 4 Unidad

Masa

Agua tibia: Cantidad necesaria

Sal: A gusto

Harina: 500 grs.

Levadura en polvo: 10 g

Vino Blanco: 50 cc

Aceite De Oliva: 30 cc

Salsa

Vino Blanco: 20 cc

Zanahorias ralladas: 10 grs.

Ajo: 2 Dientes

Vinagre Blanco: 20 cc

Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Albahaca: 4 Hojas

Tomate: 4 Unidad

Sal y Pimienta: A gusto

Preparación de la Receta

Masa

- En una batidora coloque la *harina*, la *levadura* y la sal.
- Incorpore el vino blanco, el aceite de oliva y la cantidad necesaria de agua tibia.
- Deje que la batidora amase hasta que la masa se desprenda de los bordes y logre una consistencia suave y liviana.
- Retire, cubra con papel film y deje levar aproximadamente 1 hora.
- Amase para retirar el aire y deje descansar durante 10 minutos más.
- Estire con un palo de amasar, corte en tiras anchas y coloque en una placa para horno, previamente aceitada.
- Lleve al horno precalentado a 180° y cocine a blanco.

Salsa

- Corte los tomates en cuartos y retire las semillas, corte en cubos pequeños.
- Pele y pique los ajos.
- En una sartén rociada con aceite de oliva, saltee el **tomate** junto con el *ajo* y la *zanahoria* rallada.
- Desglace con el vino blanco deje evaporar el alcohol y condimente con sal y pimienta.
- Agregue la labahaca y el *vinagre*.
- Deje cocinar a fuego suave

Guarnición

- Corte los zucchini en medias ruedas.
- Corte la *berenjena* en cuartos y luego en láminas.
- Limpie y corte los champiñones en juliana.
- Corte los corazones de *alcauciles* en cuartos.
- Corte el *pimiento* rojo, retire las semillas y la parte blanca y corte en juliana.

Armado

- Arme las pizzas, colocando la salsa y las guarniciones a su gusto.
- En una placa rociada con aceite de oliva coloque las pizzas y lleve al horno precalentado a 180° hasta cocinar.

Ensalada

- En un bowl coloque las lechugas cortadas con las manos, tamaño bocado, rocíe con aceite de *jengibre*, sal y pimienta.
- Agregue el mijo *cocido*, la *zanahoria*, el *vinagre*, sal y pimienta.
- Mezcle y reserve.

Presentación

- En un plato sirva las tiras de pizza y acompañe con la ensalada.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/flautas-de-hierbas-con-salsa-de-tomate-al-ajillo>