elGourmet

Trigo y crema de pimientos

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Pistachos: 50 grs.
Ciruelas pasas: 4 Unidades
Almendras: 50 g
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Tomate: 1 Unidad
Ajo: 1 Diente
Manteca: 1 cda.
Puerros sólo parte blanca: 2 Unidades
Caldo De Vegetales: 750 cc
Berenjena: 1 Unidad
Avellanas: 50 g
Pasas de uva rubias y negras: 50 g
Hojas de Perejil: 1 Taza
Sal y Pimienta: A gusto
Nueces: 50 g
Zucchini: 1 Unidad
Trigo Burgol: 250 g
Zanahoria: 1 Unidad

Crema de pimientos

Pimientos rojos: 3 Unidades
Caldo de verduras: 2 cdas.
Leche en polvo: 2 cdas.

Preparación de la Receta

- En un bowl coloque el trigo burgol e hidrátelo con el caldo de verduras durante 1 hora
- En el vaso de la procesadora coloque los pistachos, las nueces, avellanas y almendras, procéselas con un mixer dando solo dos o tres pulsos.
- Pique groseramente las ciruelas pasas junto con las pasas de uva.
- Pique groseramente el *perejil*.
- Separe los cachetes de las berenjenas del corazón, luego corte los cachetes con piel en *brunoise*
- De la misma forma corte el *zucchini*.
- Pele la *zanahoria* y córtela en fina *brunoise*.
- Corte el *tomate* en *brunoise*.
- Pele y pique el diente de *ajo*.

- Corte en fina juliana la parte blanca de los puerros.

Crema de pimientos

- Ase los pimientos directamente sobre el fuego hasta que la piel este completamente negra, luego quite la piel y lávelos con agua
- Corte una mitad de un *pimiento* en fina juliana y reserve.
- En el vaso del mixer coloque los pimientos asados, la leche en polvo y el caldo de verduras, procese con el mixer
- Vuelque la **crema** dentro de una olla, sazone con sal y cocine a fuego lento.

Armado

- Incorpore al trigo hidratado las frutas secas procesadas y picadas, espolvoree con la mitad de *perejil* picado y sazone con sal, pimienta y aproximadamente tres cucharadas de aceite de oliva, mezcle
- En una sartén caliente con una pizca de aceite de oliva saltee la *berenjena*, una vez dorada retire y reserve
- En la misma sartén con una pizca de aceite de oliva saltee el *zucchini* junto con la *zanahoria* y el *tomate*, luego de unos minutos de cocción incorpore el *ajo* picado junto con las berenjenas anteriormente salteadas, sazone con sal y espolvoree con el resto de *perejil* picado y una vez que la *zanahoria* comience a ablandarse agregue el trigo burgol con las frutas secas, saltee unos minutos y retire del fuego.
- En una sartén caliente funda la *manteca*, luego incorpore la juliana de puerros y sazone con sal y pimienta, saltee a fuego bajo.

Presentación

- Sirva en el plato de presentación una porción de *crema* de pimientos y sobre esta acomode un aro en el medio y rellénelo con el trigo salteado con verduras y frutas secas, presione y quite el aro.
- Decore con la juliana de puerros y la juliana de *pimiento* reservado y espolvoree con *perejil* picado.

Tips

-

- Hidrataciones alternativas

- El trigo burgol se puede hidratar con caldo de *pollo*, *jugo* de diferentes frutas, *jugo* de *remolacha*, etc.
- El *pimiento* puedo asarse en el horno, luego se lo coloca dentro de una bolsa hermética y cuando baje la temperatura quite la piel.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/trigo-y-crema-de-pimientos