

Gorbeialitatez

B A R A Z K I A K

KALE ETA ARTATXIKI ENTSALADA KURRUSKARI EPELA (15')

Osagaiak (4 pertsonentzako)

- Romanesku erdi bat.
- Ura, 200 ml.
- Sweet Palermo piper gorri bat.
- Tipuleta erdi bat.
- Perrexil xehetua, eskukada handi bat.
- Mendafina.
- Tirabekeak, 300 g.
- Pinaziak, eskukada bat.
- Mahaspasak, eskukada txiki bat.
- Gurina, 50 g.
- Oliba olioia.
- Gatza (betikoa eta Maldon ketua).

Prozedura:

1. Tirabekeak garbitu, puntatxoak kendu eta wokean oliba oliotan 5 minutuz salteatu (su bizian).
2. Romaneskuari loretxoak atera eta horiek robotean xehetu, kuskus tamainako pinportatxoaren pare egin arte.
3. Zartagi zabal batean oliba olioia berotzen jarri eta pinaziak bertan txigortu. Txigortzen direnean, platertxo batera atera eta gorde.
4. Zartagi berean, gurina urtu, oliba olio txorrotada txiki bat gehitu eta romaneskukuskusa bertan gorritzen jarriko dugu. Minutu baten ostean, 100-200 ml ur gehitu, zartagia taparekin itxi eta romaneskua 3 minutuz su bizian erregosten utziko dugu.
5. Bien bitartean, tipuleta eta Sweet Palermo piperra dadotxo txikitan txikitu. Mendafina ere txikitu.
6. Segidan, romanesku kuskusa, tipula eta piper xehetuak, perrexil xehetua, mendafina eta mahaspasak ontzi sakon batean batu, gatz apur bat gehitu eta ongi nahasiko ditugu.
7. Bukatzeko, platera batean romanesku nahaskia zabalduko dugu, ohe moduan. Gainean tirabeke batzuk zerbitzatu, pinaziekin apaindu eta Maldon gatz-ketua rekin onduko dugu.

On egin!

TABULÉ DE ROMANESCU CON TIRABEQUES (15')

Ingredientes (para 4 personas)

- Medio romanescu.
- 200 ml. de agua.
- Un pimiento rojo de Palermo.
- Media cebolla.
- Perejil picado, un puñado grande.
- Hierbabuena.
- Tirabeques, 300 gr.
- Piñones, un puñado pequeño.
- Pasas, un puñado pequeño.
- Mantequilla, 50 gr.
- Aceite de oliva.
- Sal (normal y sal Maldon ahumada).

Preparación:

1. Limpiar los tirabeques, quitarles las puntas y freírlos en aceite de oliva en un wok durante cinco minutos, a fuego fuerte.
2. Sacar los floretes del romanescu y triturarlos en el robot, hasta que queden a tamaño de grano de cuscús.
3. Calentar el aceite de oliva en una sartén amplia y tostar en él los piñones. Cuando estén tostados, reservarlos en un plato pequeño.
4. En la misma sartén derretir la mantequilla, añadir un chorrito de aceite de oliva y dorar ahí mismo el cuscús de romanescu. Después de un minuto, agrega 100-200 ml de agua, cierra la olla con una tapadera y deja el romanescu guisándose a fuego alto durante tres minutos.
5. Mientras tanto, corta la cebolla y el pimiento dulce de Palermo en cubos pequeños. Picar también la hierbabuena.
6. A continuación juntar en un recipiente hondo el cuscús de romanescu, las cebollas, los pimientos picados y el perejil picado y agregar un poco de sal. Mezclar bien.
7. Para terminar, extender la mezcla de romanescu en un plato, en forma de cama. Servir por encima unos pocos tirabeques, decorar con piñones y sazón con sal Maldon ahumada.

¡Que aproveche!