

Ensalada de romanescu

**Nombre de la receta**

Ensalada de romanescu

Tiempo

20 Minutos

Dificultad

Muy sencilla

Personas

2

Alérgenos

La receta no contiene alérgenos

Descripción

Romanescu hervido con sofrito de ajitos.

Ingredientes

- 1 romanescu mediano
- al gusto de aceite de oliva
- 4 dientes de ajo
- al gusto de sal
- al gusto de vinagre

Pasos

1 El romanescu es una verdura de la familia de la coliflor y el brócoli. Tiene un color y un aspecto muy bonito.



2 Hoy lo vamos a cocinar de la forma más sencilla. Para ello cortamos los ramilletes del romanescu y los lavamos en una fuente.



3 Una vez lavado, lo ponemos a hervir en una cacerola con sal a nuestro gusto.



4 Cuando esté tierno pero no en exceso, apartamos y añadimos agua fría para cortar la cocción. Lo escurrimos bien y lo ponemos en la fuente donde vayamos a servirlo.



5 Por otra parte en una sartén, ponemos el aceite y los ajos pelados y cortados en bastoncitos. Los ponemos a sofreír y en cuanto estén dorados los sacamos.



6 Ahora los ponemos sobre el romanescu junto con el aceite refrito.



7 Añadimos un poquito de vinagre al gusto y ya tenemos preparada una sencilla pero vistosa ensalada de romanescu.



Observaciones o consejos

Cuando esté cocido, probamos si está bien de sal y si no, añadimos una poquita cuando aliñamos con los ajitos y el vinagre.

Autor

Celia Ruiz Linares