

Tronchos de acelgas con tomate



Nombre de la receta

Tronchos de acelgas con tomate

Tiempo

1 Horas

Dificultad

Sencilla

Personas

3

Alérgenos

Gluten

Descripción

Pencas de acelgas hervidas con tomate frito y un majado.

Lugar originario de la receta

El Viso (Córdoba)

Ingredientes

- 400 gramos de tronchos de acelgas una vez cocidos
- 2 tomates grandes
- 1/2 cebolla
- 3 dientes de ajo

- 2 rebanadas de pan pequeñas
- al gusto de sal
- 1 pizca de bicarbonato
- al gusto de azúcar (opcional)
- 3 cucharadas soperas de aceite de oliva

Pasos

1 Para preparar nuestro plato, limpiamos en primer lugar las pencas de acelga quitándoles las hebras y cortándolas en cuadraditos como aparece en la foto.



2 A continuación, lavamos bien los trozos de acelga y los ponemos a hervir con agua hasta que estén a nuestro gusto sin que se cuezan demasiado.



3 En una sartén ponemos el aceite y echamos los tres ajos enteros con rajitas en el centro. A continuación, ponemos las dos rebanaditas de pan. Doramos por ambos lados y las sacamos.

4 En el mismo aceite pochamos la cebollita picada. Añadimos un poco de sal y cuando esté pochada echamos los tronchos de acelga.



5 Removemos todo y ponemos el tomate pelado y cortado. Dejamos hacer el tomate a fuego medio echándole una pizca de bicarbonato para quitar la acidez. Si no se le quiere echar bicarbonato añadiremos una cucharadita de azúcar. Salamos un poco y dejamos que se vaya haciendo.



6 Mientras, pelamos los ajos fritos y los ponemos en un mortero y los machacamos. Añadimos los tostes en trocitos y un poco de caldo de cocción de los tronchos o un chorrito de agua. Hacemos el majado y lo vertemos sobre las acelgas.



7 Mezclamos todo y ya tenemos listo nuestro rico plato.



Observaciones o consejos

No hay observaciones o consejos.

Autor

Matilde Linares