

A COCIÑA DE ARDEMIRO



ENSALADA CÉSAR

RECEITA Nº: 3

DATA DA REALIZACIÓN: 25/10/2017

NIVEL DE DIFICULTADE: BAIXO

Elaboración:

Cortar a peituga de polo en tiras. Poñela nun bol xunto coa metade de aceite de oliva, salsa de soia e o dente de allo pelado e picado finamente. Macerar sobre 30 minutos, dándolle a volta unha vez. Mentres, cortar o tronco da leituga, lavar e secar as follas e trocealas. Reservar nunha ensaladeira.

Poñer nunha sartén limpa sobre un lume forte e fritir as tiras de peituga de polo maceradas. Reservar sobre o papel de cociña. Cortar o beicon en tiras. Fritir nunha sartén ata que solte graxa e quede dourado. Sacar cunha espumadeira e reservar sobre o papel de cociña. Cortar o pan en dados pequenos e botar o resto do aceite á tixola onde se fixo o beicon e fritir o pan ata que quede dourado.

Pinchar a cáscara do ovo cunha agulla e cocer durante 1 minuto en auga fervendo. Sacar e pasar debaixo do chorro de auga fría. Cascalos e extraer o interior coa axuda dunha culler.

Poñer nun cunco o zume de limón, a salsa Perrins, o allo fritido, o aceite de oliva e mesturalo. Sazonar con sal e pementa. Repartir na ensaladeira coa leituga as tiras de polo, os dados de pan e o beicon fritido. Aliñar coa salsa e queixo raiado se se quere.

Listo para servir!

Variante: se non se quere facer o de cocer o ovo, emprégase maionesa e engádense os demais ingredientes menos o aceite de oliva.

Ingredientes

para 4 persoas:

- 1 peituga de polo.
- 1 leituga romana.
- 120 gramos de beicon.
- 2 rebanadas de pan.
- 2 culleres de zume de limón.
- 2 culleres de salsa de soia.
- Sal e pementa moída.
- 1 dente de allo.
- 2 ovos
- 2 culleres de salsa Perrins.
- 1/2 dl. De aceite de oliva para a vinagreta.
- 1 culler de pasta de anchoas e 50 gr de parmesano.