

Ensalada templada de vieiras con vinagreta de tomate



BOGOSÓN "O CASAL"



INGREDIENTES:

4 vieiras de buen tamaño
300 g. de judías verdes
3 zanahorias
2 puerros
3 dls. de aceite virgen extra
1 dl. de vinagre de Jerez
1 tomate maduro

PREPARACIÓN:

Lavar bien las vieiras, despojándolas de las faldillas y del estómago.

Cortar las judías con un pelador en sentido longitudinal. Picar en juliana las zanahorias y el puerro finamente. Cocer todas estas verduritas en agua con sal durante 6 minutos y posteriormente refrescarlas en agua con hielo.

Marcar en la plancha las vieiras una vez salpimentadas durante un minuto por cada lado.

Pelar, despepitar el tomate y picarlo en taquitos, pocharlo en aceite, una vez hecho esto dejarlo enfriar y a continuación incorporar el aceite y el vinagre que se mezclará con un batidor de varas.

Disponer en el centro del plato las verduritas por capas en este orden, la zanahoria, las judías, el puerro y alrededor de ellas las vieiras.

Por último salsear con la vinagreta.

