

Libreta: Entrantes y tapas
Creado: 24/03/2018 9:32
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/carpaccio-vegetal.html>

Carpaccio vegetal

INGREDIENTES

1 pimiento rojo
4 champiñones
1 tomate
2 zanahorias
200 grs. de coliflor
200 grs. de brócoli
2 cucharadas de queso rallado
Agua
Sal
Aceite

Para la vinagreta:

Jugo de 1/2 limón
1 pepinillo
2 cucharadas de alcaparras
3 cucharadas de aceite
Sal

PREPARACIÓN

Quita los tallos del brócoli y de la coliflor. Separa en montoncitos y pon a cocer al vapor durante 8-10 minutos. Una vez cocidos, reserva.
Para preparar la vinagreta, pon en una fuente el pepinillo cortado en lonchas finas, las alcaparras, el aceite, el jugo de limón y un poco de sal. Bate con un tenedor hasta que ligue.

Corta el pimiento rojo y el champiñón en láminas. Pela una zanahoria, y con un pela-patatas haz unas cintas. Corta el tomate en rodajas finas. Sazona todas las verduras.

Cocina las verduras en una plancha con un poco de aceite hasta que estén doraditas pero al dente.

Coloca en el centro de una fuente la coliflor y pon el resto de las verduras alrededor. Aliña con la vinagreta. Espolvorea con un poco de queso rallado.