

Libreta: Verduras
Creado: 26/03/2018 21:49
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/coliflor-con-pasas.html>

Coliflor con pasas

INGREDIENTES

1 Kg. Coliflor
Aceite de oliva
20 grs. Cucharada sopera de pasas sultana
100 grs. Cebolla pequeña
1 Vaso de vino blanco
Sal
2 Dientes de ajo

PREPARACIÓN

Remojar las uvas pasas dentro de una taza llena de agua tibia, durante 15 minutos.

Escurrirlas y reservarlas.

Limpiar la coliflor antes de blanquearla dejándola unos minutos en agua fría con un chorrito de vinagre.

Lavarla después con agua fría. La coceremos en agua hirviendo con sal (el agua apenas debe cubrirla, para que, no se desmorone) durante unos 15 ó 20 minutos.

Pochar la cebolla y el ajo muy picados, con un poco de aceite de oliva, sin dejar que cojan color.

Añadir la coliflor cuando la cebolla se transparente, rehogar un poco y añadir el vino y las pasas. Rectificar de sal y dejar cocer a fuego lento, con la cazuela tapada, durante unos diez minutos.