Ensalada de coliflor

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Monónimo

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Intermedia
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Vegetariana
Otros: Cocina Creativa
Coste: Medio

Descripción:

Ingredientes para 2 personas :

- 1 coliflor
- 1 granada
- 2 anchoas en aceite
- 30 g de avellanas
- 1 diente de ajo
- 1 cucharada de yogur natural
- 6 bolas de pimienta de Jamaica
- 1 cucharadita de azúcar
- Vinagre de Jerez
- Aceite de oliva virgen extra
- Orégano
- Cilantro
- Sal
- 50 g de brotes de cebolla

Preparación:

Paso 1

Separa los ramilletes de la coliflor y ponlos en un bol. Adereza con sal y aceite de oliva virgen extra, mezcla bien. Pon los ramilletes en una bandeja de horno y hornea a 225ºC durante 25 minutos. Retira, deja templar y trocea. Saca los granos de la granada y ponlos en un bol. Añade unas hojas de cilantro, las avellanas, las anchoas y la coliflor troceada. Para la vinagreta, pon en un mortero ajo picado y agrega unas bolas de pimienta de Jamaica. Añade una cucharadita de azúcar y unos granos de sal y maja bien. Aliña el majado con vinagre de Jerez y un buen chorro de aceite de oliva. Mézclalo con una cucharada de yogur y vierte sobre la ensalada. Sirve la ensalada en un plato, añade unos brotes de cebolla, adereza con la vinagreta y decora con unas hojas de orégano.