Festival de colores

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

Creador: Maria Mata **Recetizador:** tania Segura

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico

El truco de esta receta:
Si no tenemos tiempo para la cocción, los puerros en conserva de la marca Meleta son igual de sabrosos.

Descripción:

Este es un plato rico en nutrientes, y vitaminas. Ideal para depurar después de tantos días de fiesta. Un plato atractivo y lleno de color. Se sirve frío por lo que es ideal también en noches de verano.

Ingredientes para 2 personas :

- 2 puerros
- 6 Huevos de codorniz
- trucha ahumada
- 7 aceitunas negras sin hueso
- queso finas hierbas Philadelphia
- 2 esparragos triqueros
- aceite
- un chorrito de vinagre de Módena

Preparación:

Paso 1

Se lavan los puerros, se desecha parte de lo verde, se cortan en trozos aproximadamente del tamaño de un dedo meñique. En una cazuela se pone a hervir agua con sal y se cuecen los puerros unos 35 minutos. Se dejan enfriar. En otra cazuela se ponen a cocer los huevos de codorniz en agua fría unos 10 minutos (se le echa una pizca de sal para evitar escapes). Cuando esten cocidos se enfrían y s epelan con sumo cuidado quitando la membranita que tienen.

Paso 2

En una bandeja o plato llano se colocan los puerros, a los lados los huevos de codorniz partidos por la mitad, se trocea la trucha ahumada y se coloca por encima del puerro junto con el queso en dados y las aceitunas y el espárrago triguero. Se aliña bien con aceite, vinagre, y un chorrito de vinagre de módena. Yo personalmente a

los huevos los decoro con mahonesa y le espolvoreo un poquito de pimentón. Y el resultado es una explosión de sabor. (Que aproveche)