

**Creador:** Maria Mata



**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 espárragos 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 se pelan 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 triquero. 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)*