

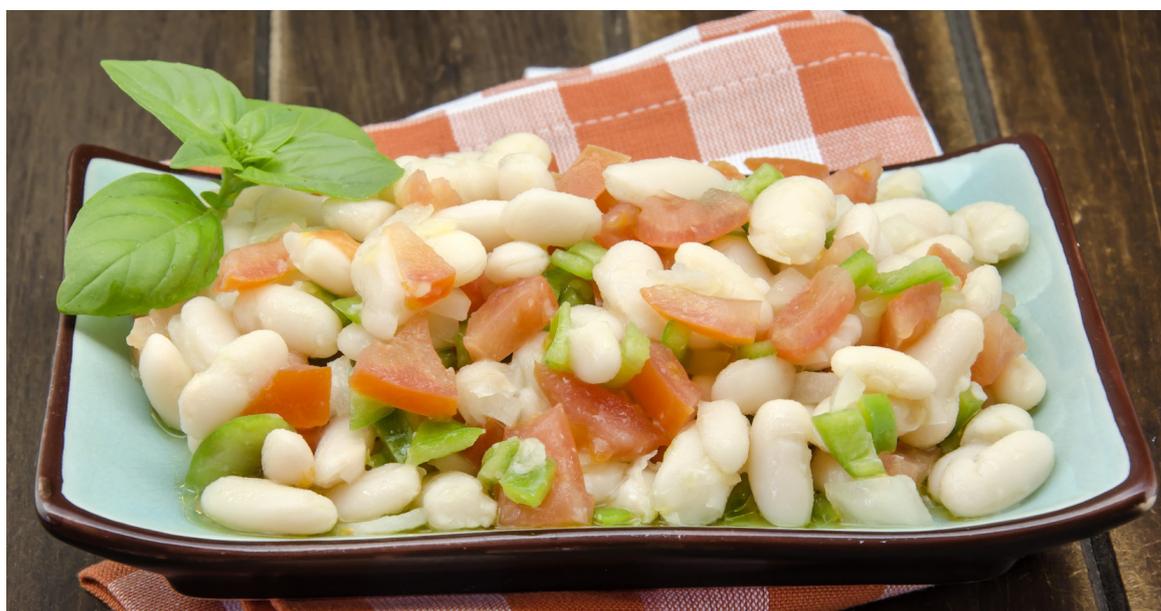
Qué fácil es cocinar con


COOKING CHEF



Ensalada de legumbres

4 personas



Accesorios necesarios:



Tiempo:

1h.

Ingredientes

- 150 gr. de alubias blancas
- 150 gr. de garbanzos
- ½ pepino
- ½ cebolla
- 2 tomates
- 10 gr. de piñones
- 10 langostinos cocidos
- 50 ml. de AOVE
- 10 ml. de vinagre de jerez
- Sal
- Pimienta
- Perejil

Preparación

1. Coloca en remojo durante toda la noche las alubias ya los garbanzos. Cuécelos en la olla exprés durante 40 minutos con dos dientes de ajo, media cebolla y un chorro de aceite de oliva. Si necesitas ahorrar tiempo, puedes utilizarlo envasado. Si es así, escúrrelo, pásalo por agua hasta que desaparezca la espuma y vuelve a escurrirlo.
2. Pela los langostinos y corta un tomate en pequeños dados.

3. Añade el tomate en trozos, el aceite de oliva, el vinagre, la sal, la pimienta y el perejil en el bol de tu Cooking Chef y programa 3 minutos sin temperatura y a velocidad 2. Respeta la velocidad para obtener la vinagreta deseada.

4. Coloca el procesador de alimentos y pica pulsando P el pepino y la cebolla. Reserva.

5. Incorpora los garbanzos y las alubias en una fuente para ensaladas y remueve con delicadeza. Añade la picada, los piñones, los langostinos y aliña con la vinagreta de tomate.