Receta del mes

NutriSkola

PUERROS ASADOS CON VINAGRETA DE MOSTAZA Y HUEVO

1 Ingredientes (para 2 personas)

Alimento	Cantidad	Observaciones
Puerros	4	
Huevo	2	
Mostaza	Al gusto	
Salsa Perrins	2,5 ml	
Vinagre de jerez	Al gusto	
Aceite	Al gusto	

2 Elaboración

1.Limpiar bien, secar y cortar los puerros en 2-3 cilindros. Llevar a ebullición con una pizca de sal y cocerlos durante 10-15 min.
2.Cocer los huevos durante 1º min. Poner de mientras a precalentar el horno a 190º.
3.Una vez escurridos los puerros, los ponemos en una bandeja, los pintamos con un poco de aceite, salpimentamos y ponemos en la parte alta del horno a gratinar, hasta que estén tostados.
4.Hacer la vinagreta con aceite, vinagre, salsa perrins y el huevo cocido picado y extenderlo por encima de los puerros.

3 Emplatado

Ausolan.

Hilabeteko errezeta

NutriSkola

PORRU ERREAK ZIAPE ETA ARRAUTZA OLIOZPINAREKIN

1 Osagaiak (4 lagunentzat)

Elikagaiak	Kantitatea	Oharrak
Porruak	4	
Arrautza	2	
Ziapea	Gustora	
Perrins saltsa	2,5ml	
Xerezko ozpina	Gustora	
Olioa	Gustora	

2 Elaborazioa

1.Ondo garbitu, lehortu eta ebaki porruak 2-3 zilindrotan. Irakinarazi gatz pixka batekin eta egosi 10-15 minutuz.
2.Egosi arrautzak 1. minutuan. Bitartean, jarri labea berotzen, 180 °C-an.
3.Porruak xukatu ondoren, erretilu batean jarri, olio pixka batekin margotu, gatza eta piperbeltza bota, eta labearen goiko aldean gainerretzeko jarri, txigortuta egon arte.
4.Egin ozpin-olioa, ozpina, perrins saltsa eta arrautza egosi txikitua eta zabaldu porruen gainean.

3 Plateretatu

Ausolan.