

# Ensalada de codornices con frutos secos y croutón de ajo

Tipo de plato: Legumbres, Verduras, Arroz · Procedencia: Mesacamilla · Autor: Canela Molida

## INGREDIENTES

|              |                                                       |
|--------------|-------------------------------------------------------|
| 0            |                                                       |
| 6            | Codorniz — de tiro                                    |
| 170 ml       | Aceite oliva — virgen                                 |
|              | Pimienta blanca — molida                              |
| 15           | Pimienta negra — granos                               |
|              | Sal — fina                                            |
| 20 ml        | Vinagre de cava                                       |
| 180 ml       | Vino blanco — , seco                                  |
| 350 ml       | Agua                                                  |
| 4 dientes    | Ajos                                                  |
| 15           | Chalotas                                              |
| 300 gr       | Zanahorias                                            |
| El croutons  |                                                       |
|              | Ajos — confitado                                      |
| 4 rebanada/s | Pan — finísimas del día anterior                      |
|              | Aceite oliva — virgen                                 |
| La ensalada  |                                                       |
|              | Sal Maldon                                            |
|              | Lechuga — mezcla                                      |
| 100 gr       | Almendras — , pistachos, avellanas y anacardos crudos |
| 60 ml        | Aceite oliva — virgen                                 |
|              | Moras                                                 |

**1 cucharada/s** Almíbar — tpt (misma cantidad de agua que de azúcar)

Vinagre de frambuesas

## Ramillete hierbas

**0,50 hoja/s** Laurel

Tomillo

**3** Eneldo — semillas un poco rotas

Puerros — envuelto y atado

**1 rama/s** Romero — pequeña

## ELABORACIÓN

Salpimentar y bridar las codornices, saltearlas en el aceite a fuego vivo, reservar.

Pelar las cebollitas y cocerlas 10 minutos, cortar las zanahorias ya

Peladas en rodajitas. Con el aceite de saltear, las codornices, rehogar a fuego suave las zanahorias, las cebollas y los dientes de ajo, enteros hasta que tomen un poco de color, añadir el vino, el vinagre, el agua, las especias, el bouquet y tapar y dejar cocer a fuego suave 10 minutos.

Introducir las codornices y cocer 15 m o algo mas si fuesen gordas, enfriar dentro de la salsa.

El liquido tiene cubrir las codornices, si se ve que falta, se añade un poco de caldo, se conservan en la nevera dos o tres semanas, cubiertas de escabeche, esperar a comerlas dos o tres días

Untar el pan con la crema de ajo, rociar de aceite y poner en horno hasta que se dore.

Freír los frutos secos en el aceite, enfriar dentro del mismo y reposar unas horas, para que el aceite coja sabor.

Ecurrirlos y poner el aceite con el vinagre y el almíbar en un tarro, agitar bien.

Las codornices, separar las pechugas y quitar los huesos de las patitas.

Poner las lechugas en el plato, una pechuga y una pata por persona y cuatro moras, unos frutos secos y rociar con la vinagreta, espolvorear con sal de Maldon