

Ensalada de codornices con frutos secos y croutón de ajo

Type de plat: Legumbres, Verduras, Arroz | Origine: Mesacamilla | Temps: minutes |
Difficulté:

INGRÉDIENTS

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

PRÉPARATION

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.

Ensalada de codornices con frutos secos y croutón de ajo - 2

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.

Escurrirlos 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