

ENSALADA DE ESPINACAS



Ingredientes para dos personas:

- 200g de espinacas frescas
- 4 cucharadas soperas de pistachos picados
- Un puñado de pasas
- Aceite de oliva
- 4 dientes de ajo
- Sal

Materiales:

- Centrifugador de hojas
- Mortero
- Sartén
- Ensaladera
- Cuchara
- Tabla de corte
- Cuchillo

ENSALADA DE ESPINACAS



Elaboración:

Esta es una ensalada realmente fácil y con mucho sabor.

Para empezar picamos los dientes de ajo, primero en láminas y después en trocitos más pequeños. Ponemos abundante aceite en una sartén, esté será el aliño de nuestra ensalada. Añadimos el ajo en ese aceite en frío y ponemos al fuego al mínimo, queremos que el ajo saque su aroma en el aceite y para ello es importante este paso. Dejaremos un poquito no hace falta que el ajo se dore. Reservamos y dejamos enfriar.

Lavamos y secamos las hojas de espinaca con ayuda del centrifugador de hojas. Las ponemos en una ensaladera.

Pelamos y picamos los pistachos, con el mortero o con una picadora. Añadimos a la ensaladera con las espinacas. Añadimos también un puñado de pasas.

Ponemos sal por encima y añadimos el aceite frío con el ajo.

Mezclamos, rectificamos de sal y listo.

