

Será por recetas



Endibias con anchoas

Ensaladas, Tapas y Pinchos, Dieta

 4 Personas

 30 Minutos

 Media

 Enviada el 09/05/2012

Ingredientes

- 2 endibias
- Aceite
- Unas ramitas de menta
- Sal
- 2 o 3 filetes de anchoas
- 1 diente de ajo
- Pimienta

Elaboración

Primero quitar la hojas estropeadas de las endibias, lavarlas y cocerlas en agua con sal durante 10 minutos, sin que se ablanden demasiado. Escurrir y cortarlas por la mitad desde arriba a abajo y dejar que se enfrien.

Pelar los ajos y picarlos. Calentar aceite de oliva en una sartén y rehogar el ajo alrededor de 1 minuto.

Limpiar las anchoas, secarlas, triturarlas bien y añadirlas a la pasta de la sartén del ajo.

Incorporar también las mitades de endibia, rehogarlo a fuego lento durante 5 minutos y salpimentar al gusto.

Lavar la menta, escurrirla y picar bien fino. Servir las endibias en su salsa, espolvorear con la menta picada.



Autor receta de Endibias con anchoas

BlueTropical

 50 Recetas publicadas

 Valoración 4/5

 Miembro desde 23/04/2012