

3 RECETAS CON ESCAROLA

++++

ENSALADA DE XATÓ/CHATÓ

(Para 4 raciones):

2 escarolas
300 gr. de bacalao desalado, a cortes
300 gr. de una buena conserva de ventresca de atún con aceite
12 filetes de anchoas con aceite
100 gr. de aceitunas arbequinas
100 gr. de aceitunas negras de Aragón

La salsa xató

4 tomates maduros
2 cabezas de ajo
4 ñoras hidratadas
40 gr. de almendras tostadas
40 gr. de avellanas tostadas
200 ml. AOVE
la miga de ½ rebanada de pan
10 ml. de vinagre de Jerez
sal y pimienta

LA SALSAS: Disponer del horno caliente a 190º:

Poner en el horno, limpios, enteros y untados con aceite, los tomates y las cabezas de ajo. Dejar cocer a 190º durante unos 25 minutos. Deje que los productos horneados se enfríen, para poderlos pelar y reservar las pulpas.

Debe poner las ñoras partidas por en medio a remojar con agua tibia unos 15 minutos, pasado este tiempo, podrá retirar fácilmente la pulpa, con la ayuda de un cuchillo. Tome la batidora para triturar la salsa, coloque dentro de un vaso: las pulpas cocidas de los tomates y de los ajos, la pulpa hidratada de las ñoras, las almendras y las avellanas tostadas y peladas, la miga de pan, el aceite, el vinagre, la sal y pimienta. Tritúrelo muy fino, pruebe y afine el punto de sal y pimienta pues le debe quedar una salsa ligada, pero de textura ligera. Resérvala en la nevera.

La escarola: lavar escrupulosamente las escarolas con agua abundante, hágalas a cortes de unos 5 cm. de largo, reservar en la nevera, protegida con film de cocina.

Cuando se disponga a disfrutar del xató : poner en un cuenco ancho la escarola y mezclar con la mitad de la salsa. La otra mitad de la salsa se pone en la mesa con en una salsera

PREPARE LA MESA CON:

El cuenco grande con la ensalada de escarola

La salsera con la mitad de la salsa

Un cuenco con los cortes de bacalao desalado

Un cuenco con los filetes de anchoa

Un cuenco con la ventresca de atún

Un cuenco con las aceitunas arbequinas

Un cuenco con las aceitunas negras

¡Tan fácil y divertido! Cada comensal se podrá servir a su gusto

+ + + +

SOPA DE CHATÓ/XATÓ

(Para 8 raciones):

La salsa *xató*

(idem elaboración que en la receta anterior)

La sopa:

2 litros de agua mineral

80 ml AOVE

80 g de tostadas integrales, tipo biscotes

150 g de escarola, picada a cortes "chifonade" (las hojas a cortes de un cm.)

La salsa *xató* elaborada

- 1.- En una olla a la medida de la sopa que se disponga a cocinar, haga sofreír la escarola con el aceite medido durante 1 minuto y salar con prudencia.
- 2.- Incorporar las tostadas, rotas en trozos pequeños, y sofreír todo junto sólo 30 segundos.
- 3.- Añada la salsa *xató** y el agua bien hirviendo, cuando arranque el conjunto el hervor, deje cocer la sopa a fuego lento durante 3 minutos.
- 4.- Triture la sopa en la *Thermomix* a máxima potencia durante 2 minutos, (o con una batidora). Afine el punto de sal y pimienta, si fuera necesario y **¡ya tiene la sopa lista!** (Si consigue triturarla muy fina, no es necesario colarla)

TORTILLA DE ESCAROLA

(Para 1 ración)

35 g de escarola, picada a cortes "chifonade" (las hojas a cortes de un cm.)

20 hojas de perejil, picar fino

2 huevos

Sal y AOVE

1.- Tome una sartén de unos 20 cm de diámetro con un chorro de AOVE, y sofría la escarola y el perejil durante unos 90 segundos, salar con cuidado.

2.- Añada a la sartén los dos huevos batidos con una punta de sal y deje cuajar la tortilla a su gusto, redonda y más cocida, o volteada como una tortilla a la francesa para conseguir una textura más jugosa.