

## LA RECETA

# Ensalada de capón

CULTURA

28\_03\_2022



Dedicamos la receta de hoy de nuevo a Lombardía, ya que el pintor del que hemos hablado en el artículo era oriundo de esa región. La ensalada de capón es un rico aperitivo típico de las fiestas.

**El capón es un pollo macho que ha sido castrado para que gane** más peso y sobre todo blandura en la carne. Para esta receta se debe hervir la carne del capón y se

obtiene un caldo rico y muy sabroso, perfecto para acompañar los tortellini en caldo.

### **Ingredientes**

1 pechuga de capón

3 ramas de Apio

Aceite de oliva

Vinagre balsámico

Sal

15 aceitunas verdes

50 g Fontina

2 cucharadas de granos de granada

### **Preparación**

Hervir la pechuga de capón durante unos 25 minutos en abundante agua con un trozo de cebolla y zanahoria.

Ecurrir y dejar enfriar la pechuga de capón, luego filetear la carne.

Lavar el apio y cortarlos en trozos pequeños.

Transferir la carne fileteada a un tazón grande, agregar las aceitunas cortadas por la mitad y el apio cortado en trozos pequeños.

Unir el queso cortado en cubitos.

En un tazón pequeño mezclar el aceite de oliva con el vinagre balsámico y verter sobre la ensalada de capón.

Mezclar bien la ensalada para que tenga buen sabor y decorar con granos de granada antes de servir.