

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.