

ENSALADA DE CANÓNICOS Y ESPÁRRAGOS DE NAVARRA



Ingredientes

- 1 barqueta de Canónigos El Huertico i
- 8 espárragos frescos de Navarra
- Agua, sal y azúcar
- 1 granada
- Nueces

Aliño:

- Aceite de oliva
- Vinagre de Módena
- Sal
- Crema balsámica

Preparación

1. Lavamos los espárragos para quitarles la tierra y los pelamos, con ayuda de un pelador, desde justo debajo de la yema hasta la base.
2. Le quitamos la parte más dura de la base tronchando cada espárrago con las manos, ya que el propio espárrago se parte por donde debe.
3. Ponemos a calentar una olla con agua justo para cubrir los espárragos y le echamos un puñadito de sal y una pizca de azúcar.
4. Cuando el agua comienza a hervir suave, nunca a borbotones, introducimos los espárragos y dejamos cocer durante unos 10 minutos a fuego medio. Cuando podamos pincharlos con un palillo están listos.
5. En una fuente ponemos un fondo de canónigos el Huertico.
6. Añadimos 1 granada desgranada y las nueces troceadas.
7. Colocamos los espárragos distribuidos por encima.
8. Aliñamos la ensalada con sal, aceite de oliva y vinagre de Módena.
9. Decoramos con unos hilos de crema balsámica... ¡Y listo! Ya podemos disfrutar de esta receta tan sana, sabrosa y sencilla de preparar.

Lo de Siempre Como Nunca