



Comer
mejor
cada

Dia

Receta

Endivias a la plancha con vinagreta y pistachos



*Precio**

1,00 €/ración
4,01 €/4 raciones
(*precio aproximado,
sujeto a variaciones).



Dificultad

Fácil.



Tiempo

7 minutos.



Ingredientes:

- 4 endivias.
- 70 ml de aceite de oliva virgen extra La Almazara del Olivar.
- 80 gramos de pistacho sin sal Naturmundo.
- 20 ml de vinagre balsámico de Módena Selección Mundial.
- Mostaza, sal, pimienta y orégano al gusto.



Elaboración



- En primer lugar, lavamos bien las endivias, las secamos y las cortamos por la mitad (longitudinalmente).
- En una sartén ponemos un chorrito de aceite de oliva virgen extra, salpimentamos las endivias, las doramos por ambos lados y las pasamos a una bandeja.
- Picamos los pistachos y los añadimos en un recipiente junto con un poco de aceite de oliva virgen extra, vinagre balsámico y mostaza. Mezclamos todo bien y salseamos sobre las endivias.





Trucos y alternativas

- Para decorar podemos poner tomates cherry o rallar un poco de queso.
- En lugar de pistachos podemos utilizar otros frutos secos como nueces o piñones.
- Podemos añadir salsa picante a la mezcla para darle un sabor más especial.

Aprovechamiento

- Se recomienda que las endivias se consuman en poco tiempo, ya que van perdiendo textura y sabor. No obstante, se pueden guardar en frío en el cajón de las verduras dentro de una bolsa de plástico perforada, para que respiren.





Comer
mejor
cada

Día