



Ensalada de lentejas pardina

Ingredientes - Para 3 persona(s)

- 300 g de *Lentejas pardinas cocidas*
- 2 Ud. de *Endivias*
- 1 Ud. de *Zanahoria, cruda*
- 1 Ud. de *Cebolla cruda, dulce*
- 1 Diente(s) de *Ajo crudo*
- *Tomate cherry*
- *Aceituna verde, sin hueso*
- *Sal*
- *Orégano*
- *Aceite de oliva virgen extra*

Preparación

Paso 1 - Lavar los ingredientes

Una vez limpias las endivias, cortaremos una en juliana y la colocaremos en la base de la fuente escogida para la ensalada y, seguidamente, rallaremos la zanahoria que colocaremos justo encima del lecho de endivias, tal como se ve en la foto.

Utilizaremos unas cuantas hojas de la segunda endivia y la colocaremos en forma de corona.

Paso 2 - Emplatar

A continuación y aprovechando la forma de barca que tienen las endivias, rellenaremos con lentejas del tipo pardina, que para esta ocasión, habíamos comprado en el mercado.

Cortaremos los tomatitos cherry, por la mitad e iremos decorando el plato, tal como podéis ver.

A continuación, cortaremos la cebolla dulce en trocitos pequeños y los colocaremos a ambos lados de la ensalada. Decoraremos con las aceitunas verdes sin hueso.

Finalizaremos, salaremos, espolvoreamos orégano a discrección y repartiremos el ajo prensado por encima de los cherrys, o de toda la ensalada según el gusto.

Aliñaremos con un buen chorro de aceite de oliva virgen extra, y crema balsámica de vinagre de modena o cualquier otra vinagreta. Hoy solo hemos aderezado con aceite, únicamente por cuestión personal de uno de los comensales.

Fresca y nutritiva ensalada, excelente acompañante de cualquier segundo plato.