



Timbal de patata y verduras

Ingredientes - Para 3 persona(s)

- 1200 g de *Patata blanca*
- 1 Ud. de *Berenjena mediana*
- 1 Manojó(s) de *Ajos tiernos*
- 1 Ud. de *Calabacín mediano*
- 250 g de *Champiñones crudos*
- 1 Ud. de *Pimiento rojo crudo*
- 1 Ud. de *Cebolla cruda, dulce*
- 2 Hoja(s) de *Laurel*
- *Aceite oliva virgen*
- *Sal*
- *Orégano*
- *Brotos de ajo germinado*

Preparación

Paso 1 - Preparación

Lavaremos bien los ingredientes que componen este plato y los cortaremos en trozos pequeños, aunque eso no es muy importante porque más adelante lo trituraremos todo hasta el punto de dejar un puré compacto.

Del ajo tierno aprovecharemos al máximo su tallo.

Pelaremos las patatas y las cortaremos al gusto de cada uno porque, como he comentado, luego se pasará por la trituradora, yo lo he hecho en rodajas de más o menos un dedo.

Paso 2 - Cocción

En un recipiente adecuado, pondremos agua suficiente para cubrir las patatas, salaremos y le añadiremos, dependiendo del tamaño, una o dos hojas de laurel.

Incluiremos las patatas cuando hierva el agua y cuidaremos de que estas lleguen a su punto óptimo de cocción, evitando que se deshagan.

Por otro lado, iremos haciendo el sofrito en el recipiente que nos sea más cómodo, sartén o cazuela, e iremos cocinando el sofrito a fuego moderado, cuidando que no se pegue o queme.

Una vez acabado el sofrito, lo espolvorearemos con orégano fresco y lo retiramos del fuego.

Paso 3 - Triturado y chafado de los ingredientes



Recetus - Timbal de patata y verduras

Tu comunidad de cocina

recetus.com

Cuando tengamos cocidas las patatas las escurrimos, les añadiremos aceite con el fin de que se amalgamen mejor (en su lugar se les puede poner mantequilla, pero ya no sería apto para los comensales veganos) y las colocaremos en un fuente para poder chafarlas con la ayuda de un tenedor.

Para las verduras, utilizaremos la minipimer y trituraremos hasta que tengan una consistencia de tamizado.

Paso 4 - Montaje y emplatado

Con la ayuda de un molde, colocaremos en su interior la patata chafada, haciendo que se ajuste y tome la forma del molde, lo haremos hasta la mitad aproximadamente, después pondremos encima, con la ayuda de una cuchara sopera, dos, tres o cuatro (según veamos) del sofrito tamizado, teniendo en cuenta que tendremos que poner una última capa de patata, que tiene que ser de un dedo más o menos.

Voltearemos el plato con lechuga, en este caso he utilizado la variedad de hoja de roble, por dar más colorido al plato, pero naturalmente se puede utilizar cualquier otra.

Después, si disponemos de pimiento escalivado, lo utilizaremos para hacer un redondel donde colcaremos, a modo de nido, los brotes de ajo germinado.

Nota: Si no tenemos pimiento asado, podemos utilizar una rodaja de tomate rojo, o lo que nuestra imaginación y nuestra despensa nos permita.

Confío que os guste. ¡Hasta la próxima amig@s!