

ENSALADA DE SARDINILLAS Y CRUJIENTE DE PAN

Ingredientes:

- ~ 3 latas de sardinillas en aceite de oliva virgen.
- ~ ¼ de cebolla morada picada.
- ~ 3 tomates pelados y cortados en cubitos.
- ~ Cebollino. (Opcional)
- ~ 1 cucharadita de Ras al Hanout.
- ~ 1 yogur natural sin azúcar.
- ~ 8 cucharadas de mahonesa.
- ~ 100gr. de aceitunas negras picadas.
- ~ 1 lechuga o mézclum de lechugas.
- ~ Germinados de alfalfa, garbanzos, etc.
- ~ 1 paquete de panecillos crujientes con o sin sabor.
- ~ 4 cucharadas de aceite de oliva virgen.
- ~ 1 cucharada de vinagre de manzana.
- ~ Sal.



Preparación:

- Escurrimos las sardinillas y reservamos su aceite.
- En un bol mezclamos este aceite con el Ras al Hanout y las cucharadas de aceite virgen.
- En otro bol mezclamos el yogur y la mayonesa.
- Picamos la lechuga menudita y salamos.
- En una bandeja o plato vertemos un hilito de la mezcla de Ras al Hanout, la lechuga picada y la cebolla.
- Sobre éstas echamos unas cucharadas de la salsa de yogur.
- Añadimos por encima los tomates y salamos al gusto.
- Colocamos las sardinillas y repartimos por encima el cebollino picado, los germinados y las aceitunas negras.
- Colocamos los panecillos alrededor del plato o ensaladera.
- Regamos toda la ensalada con el aceite de Ras al Hanout.
- Servimos en salsera la salsa de yogur.

TARTA BILBO

Ingredientes:

- ~ 125gr. de harina de arroz.
- ~ 125gr. de azúcar.
- ~ ½ l. de leche entera.
- ~ 3 huevos.
- ~ 50gr. de mantequilla.
- ~ 1 lámina de hojaldre.
- ~ 1 Canela en rama y/o cáscara de limón. (Opcional)



Preparación:

- Precaentamos el horno a 200°.
- Calentamos la leche con la canela y la cáscara de limón. Apartamos del fuego añadimos la mantequilla y tapamos durante 10 minutos.
- Forramos con hojaldre un molde alargado o redondo de 24cm.
- Batimos los huevos con el azúcar y mezclamos con la harina de arroz tamizada.
- Colamos la leche y la añadimos a la mezcla anterior. Batimos.
- Vertemos esta mezcla, nos quedará muy líquida, en el molde.
- Horneamos a 200° durante 30/35 minutos, con calor sólo abajo y diez minutos antes de terminar ponemos calor arriba y abajo. Pincharemos en el centro para saber si está cuajado.
- Podemos servir la tarta templada, estará más rica y jugosa.