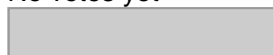


Ensalada árabe de calabaza, garbanzos y cilantro

Ensalada árabe de calabaza, garbanzos y cilantro

Media:

No votes yet



Others

Close

La Comunitat Valenciana nos sorprende en esta ocasión con esta deliciosa elaboración, una deliciosa ensalada elaborada con los mejores productos.

Para:

4

Ingredientes:

200 gr. de garbanzos cocidos

500 gr. de calabaza

50 gr. de cilantro fresco picado

2 cebollas rojas picadas finas, 2 dientes de ajo picados, aceite de oliva y sal

Para el aliño:

4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen

1 cucharada de café de tahina (pasta de sésamo blanca)

Zumo de medio limón, sal y pimienta blanca

Elaboración:

Pelar la calabaza, cortar en dados y sofreírla en una sartén con el aceite, el ajo finamente picado y una pizca de sal. Hacerlo a fuego lento hasta que esté blanda y se deshaga. Apagar el fuego y añadir un cuarto del cilantro picado. Reservar. Cocer los garbanzos y dejarlos enfriar. Mezclarlos con la cebolla y un poco del cilantro y reservar. Preparar el aliño en un bol con todos los ingredientes, batiéndolos hasta conseguir una mezcla cremosa. Al emplatar, colocar en la base el sofrito tibio de calabaza, sobre ésta y en el centro, los garbanzos con la cebolla y el cilantro. Repartir el aliño por encima con la ayuda de una cuchara. Para decorar,

espolvorear el resto del cilantro fresco.

- **Municipios:**

[Ademuz](#) ^[1]

Valora y comparte

Media:

No votes yet



Others

Close

- [Top](#)
- [Back](#)

- [Política de cookies](#)
- [Aviso legal](#)
- [Contacto](#)
- [Sitemap](#)
- [Newsletter](#)

© Turisme Comunitat Valenciana, 2019. Todos los derechos reservados.