



Coliflor con vinagreta de mostaza

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocimiento: 15 minutos

Tiempo total: 30 minutos

Porciones: 5 tacos o para 5 personas

Probablemente es una de mis formas favoritas de comer la coliflor. Me encanta porque sabe a algo completamente diferente, con el toque ácido que le da la mostaza. Me la puedo comer solita sin acompañar nada y me encanta más al siguiente día cuando se va desbaratando poco a poco y los sabores se van concentrando más.

Queda muy bien con papa cocida y con calabacita, pero aquí preferimos hacerla de coliflor. Es muy importante que corten la cebolla muy delgada y que le den su tiempo para que se suavice en la vinagreta, antes de incorporar todo. Háganla con tiempo y queda aún mejor.

Estoy segura que la van a disfrutar mucho.

Ingredientes:

Las cantidades son aproximadas, los ingredientes de esta receta se pueden adaptar al gusto.

- 1 Coliflor pequeña (aproximadamente 400 gr. de floretes).
- 1 cucharadita de mostaza (dijon o normal).
- 3 Limones grandes.
- ½ Cebolla chica cortada en alas delgadas.
- ½ Taza de aceite de oliva.
- 1 cucharadita de consomé de pollo en polvo (o al gusto).
- Sal y pimienta al gusto.

Procedimiento:

Poner a cocer los floretes de coliflor al vapor, que queden al dente y dejar enfriar solos. Una vez fríos, cortarlos a lo largo como para que queden en rebanadas (que no sean delgadas para que no se desbaraten mucho).

Preparar la vinagreta. Para esto se ponen primero en un recipiente hondo la mostaza, el consomé en polvo, el jugo de los dos limones y se revuelven muy bien. Luego, se agrega el aceite en forma de hilo mientras se agita al mismo tiempo con el batidor de globo para que se vaya formando la emulsión.

Se puede usar un tenedor o bien poner todo en un recipiente con tapa y agitar vigorosamente hasta que se vea que todos los ingredientes se integraron.

Agregar la cebolla en alas a la vinagreta, procurando que quede cubierta por completo, llevar a refrigeración por al menos una hora para que la cebolla se suavice un poco con los ácidos de la mezcla.

Cuando la coliflor ya está bien fría y la vinagreta reposó, se agrega esta a los floretes y se integra muy bien. Se prueba de sabor y se rectifica con sal y pimienta.



Coliflor con vinagreta de mostaza

Se lleva nuevamente a refrigerar por al menos unos 30 minutos antes de servirla.

¡BUEN PROVECHO!

