

ENSALADA DE REMOLACHA Y GUISANTES CON ADEREZO DE MIRIN



INGREDIENTES

3 remolachas medianas
1 cebolla roja
2 aguacates
150 g guisantes
Menta fresca
Canónigos
Cilantro fresco

ADEREZO DE MIRIN

25 g pasta miso blanca
25 g mirin
2 cucharadas aceite sésamo
2 cucharadas de puré de umeboshi
25 g jengibre
1 cucharada vinagre de arroz
1 cucharada zumo de lima
100 g aceite oliva
2 cucharadas agua

MODO DE HACERLO

ADEREZO DE MIRIN

Mezclar todos los ingredientes hasta obtener una preparación espesa y homogénea. Reservar.

Pelar y cortar en rodajas las remolachas frescas. En una olla grande poner el agua a hervir. Añadir las remolachas y escaldar entre 5-6 minutos hasta que esté semicocida pero mantenga un punto de firmeza. Enjuagar en agua fría y secar.

Poner en un bol grande y agregar el aderezo de mirin. Mezclar y dejar reposar unos 15 minutos.

Pelar los aguacates y cortar en lonchas finas. Laminar la cebolla en juliana. Hervir los guisantes brevemente en agua con sal y escurrir.

Repartir la mitad de la preparación de remolacha en una bandeja grande. Añadir la mitad de los aguacates, el cilantro, la menta, los canónigos y los guisantes, disponer el resto de la remolacha y coronar con los ingredientes restantes.

Aliñar con el resto del aderezo de mirin.