

PISTO DE HINOJO CON HUEVO ESCALFADO



INGREDIENTES

PISTO DE HINOJO:

1 bulbo de hinojo
1 cebolla
1 pimiento rojo
1 calabacín
200g de salsa de tomate
100 g azúcar
Ralladura de limón

HUEVOS IBÉRICOS:

6 huevos
100 g jamón ibérico
Aceite de oliva
Sal y pimienta

MODO DE HACERLO

PISTO DE HINOJO:

Pelar y trocear en brunoise la verdura. Estofar el hinojo, la cebolla y el pimiento. Añadir el calabacín. Cuando esté rehogado incorporar el tomate frito y terminar de guisar.

Opcional: hornear 30 minutos a 150° tapado.

HUEVOS IBÉRICOS:

Poner las lonchas de jamón sobre una bandeja de horno con hoja de silicona y hornear a 180° hasta que estén crujientes. Enfriar y triturar.

Forrar un bol con papel film y pintar con aceite de oliva. Espolvorear con el polvo de jamón y cascar un huevo. Cerrar formando paquetes. Escalfar en agua hirviendo durante unos 4-5 minutos. Sacar poner en agua fría para cortar la cocción.

Poner una base de pisto en el plato de presentación y acompañar con un huevo ibérico.

VARIANTES:

En el pisto se pueden combinar otras verduras de temporada.

Acompañar con huevo frito o cocido.

CONSERVACIÓN:

El pisto aguanta en la nevera una semana bien tapado.

Los huevos en film duran unos 3 días en la nevera.