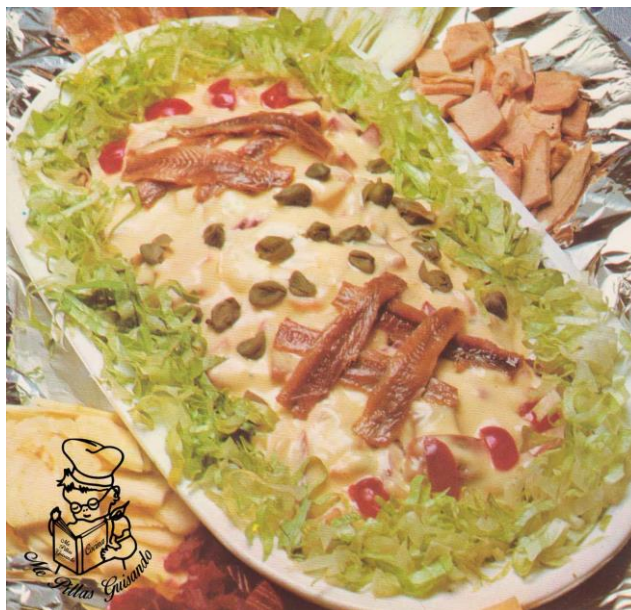




<https://www.mepillasquisando.com>



ENSALADA DE ARENQUES



INGREDIENTES

4 Arenques.
200 gr. de Remolachas.
200 gr. de Patatas.
3 Pepinillos en Vinagre.
25 gr. de Alcaparras.
8 Filetes de Anchoa.
12 Cerezas deshuesadas.

1 Lechuga.
1 Cebolleta.
1 Cucharadita de Mostaza.
Salsa mayonesa
Sal, Vinagre y Aceite.
3 Filetes de Ternera asada.
1 Manzana reineta.

ELABORACIÓN:

Se lavan las patatas con su piel y se ponen a hervir en una cacerola con agua y sal. Se lavan también y se cepillan las remolachas, poniéndolas a cocer en una olla a presión (de lo contrario, tardan mucho) en agua con sal. Se desalan los arenques, se quitan las cabezas, la espina central y la piel y se corta el resto en trozos. Quitar las hojas verdes de la lechuga y ponerla en remojo. Mientras, pelar la manzana, cortándola en láminas finas y picar la cebolleta. Cuando las patatas y las remolachas estén cocidas, se escurren, se enfrían y se pelan, cortándolas igual que la manzana. En un cuenco grande, se reúnen los trozos de arenque, las patatas, las remolachas, la carne de ternera cortada en dados, la manzana y la cebolleta y se aliña todo con sal, aceite, vinagre y mostaza, mezclando el conjunto. Colocarlo en una ensaladera formando pirámide y cubrirlo con una ligera capa de mayonesa. Alisarlo con la hoja del cuchillo y adornar por encima con los filetes de anchoa, las cerezas y las alcaparras. En el borde de la ensaladera se coloca la lechuga cortada en juliana fina y sazonada en el último instante con aceite y vinagre. Conservar en lugar fresco hasta el momento de servirla.

Nota: Los arenques son un buen ingrediente para preparar ensaladas. También se pueden marinar en una fuente, limpios ya de espinas, con trozos de laurel, tiras finas de cebolleta, unos granos de pimienta y aliñados con aceite. Se dejan macerar durante 2 días y se sirven en una fuente cubiertos sólo con un poco del aceite en el que se han adobado.

<https://www.mepillasquisando.com>