TORRE MEDITÉRRANEA

Categoría: ensalada

Difiicultad: fácil

Ingredientes

* 2 zucchini
* 1 tomate redondo
* 2 berenjenas
* 80 gramos de espinaca
* 1 pimiento morón
* Albahaca c/n
* 150 gramos de crema bechamel
* Nuez moscada

--------------- para la salsa bechamel

* 10 gramos de mantequilla
* 10 gramos de harina
* 200 cuchararitas de leche
* 1 hoja de laurel
* Vino blanco
* Sal al gusto

------------------- para salsa vinagreta

* 1/2 taza de hojas de albahaca
* 1 diente chico de ajo
* 1 cucharada de aceite de oliva extra virgen
* 3 cucharadas de vinagre
* Sal y pimienta

PREPARACIÓN

1. COLOCAR todas las hortalizas en rodajas y darle forma de aros (que queden como anillos) reservando una rodaja de tomate que servirá como base de la torre.
2. COCINAR los aros de zucchini y berenjena en una sartén o plancha con poca cantidad de aceite de oliva.
3. UTILIZAR la rodaja de tomate reservada para la base, comenzar a formar una torre colocando las hortalizas de forma intercada (zucchini, berenjena, tomate=.
4. AGREGAR las espinacas blanqueadas a la salsa bechamel y rellenar las torres de verdura, espolvorear con queso rallado y gratinar 5 minutos a horno moderado-fuerte.
5. Servir decorando con hojas de albahaca.

Preparación para la salsa bechamel

1. Fundir la mantequilla a fuego suave, luego incorporar la harina toda de una sola vez y cocinar por 3 minutos mientras se remueve. Después ir agregando la leche, el vino blanco, la hoja de laurel mientras se remueve.
2. IR agregando la leche mientras se remueve hasta que quede sin grumos (cocinar por aproximadamente 3 o 4 minutos). Tiene que quedar firme

Preparación para salsa vinagreta

1. COLOCAR todos los ingredientes en el vaso de la licuadora
2. LICUAR hasta formar una salsa homogénea. Si fuera necesario, agregar un chorrito de agua.
3. SALPIMENTAR a gusto.