

CHAMPIÑONES EN VINAGRE

4 raciones

360 min

Fácil

Otoño

Guarniciones



Información nutricional

Valores por ración

Energía

150 kcal

Grasas

13 g

Fibra

3 g

Proteínas

3 g

Carbohidratos

6 g

Sal

1.2 g

Ingredientes

- 500 g de champiñones laminados
- 100 g de vinagre
- 50 g de aceite de oliva
- 4 dientes de ajo
- Perejil fresco
- Sal

Preparación paso a paso

TRADICIONAL

- 1** Limpia los champiñones bajo el grifo, láminalos y deja escurrir.
- 2** Colócalos en un bol, añade sal y cúbrelos con vinagre; remueve de vez en cuando y deja macerar 2 horas.
- 3** En un mortero, maja ajo, sal y perejil hasta obtener una pasta; añade el aceite y emulsiona.
- 4** Escurre los champiñones y enjuágalos; deja escurrir bien.
- 5** Pásalos a una fuente y añade el aliño; deja reposar al menos 4 horas antes de servir.

Consejos

- Corta/lamina fino para que el vinagre penetre mejor durante la maceración.
- Escurre muy bien tras enjuagar: así el aliño emulsiona mejor y no queda aguado.
- Respeta el reposo final (mínimo 4 horas): es lo que redondea el sabor y la textura.