



SALADA DE LENTILHAS AO VINAGRETE DE DAMASCOS

Márcia Salles

marciasallescampos@uol.com.br
(31) 8814-9370



Ingredientes

200 g de lentilhas
1 colher de cebola roxa bem picada
2 colheres de ciboulette picada
mini tomatinhos
1 colher (sopa) de folhas frescas de hortelã, bem picadas
2 colheres de pinos ligeiramente torrados
50 g de tâmaras picadas
sal, pimenta do reino
azeite extra virgem

Preparo

Lave bem a lentilha e deixe de molho por 1 hora. Em uma panela, cozinhe a lentilha com muito líquido e um pouco de sal, deixando-a "al dente". Escorra passando na água fria e deixe escorrer bem.

Ingredientes

Creme de Queijos
50 g de queijo tipo Cottage, escorrido em peneira
50 g de cream cheese tradicional
50 g de ricota fresca amassada com o garfo
20 g de coalhada seca (bem macia e cremosa)
1 colher (sopa) de azeite
Sal, pimenta Síria e temperos a gosto

Preparo

Em um Marinex médio misture os ingredientes e tempere.

Ingredientes

Vinagrete de Damascos

50 g de damascos doces demolhados, cozidos e bem picados

1 colher (sobremesa) de mostarda

1 colher (sobremesa) de açúcar refinado

50 ml de azeite extravirgem

20 ml de suco de laranja, coado na hora

Sal, noz-moscada ralada e pimenta branca a gosto

1 colher (sopa) de ciboulette picada

Preparo

Em um marinex médio misture todos os ingredientes, tempere a gosto e envolva bem. Deixe marinar por 45 minutos e escorra em uma peneira.

Montagem

Em uma bacia, junte a lentilha e os demais ingredientes e misture tudo muito bem.

Monte a salada dentro de um mini aro no centro de um prato, começando com uma camada de lentilhas. Em seguida, aplique por cima uma camada do creme de queijos e finalize com outra camada do vinagrete de damascos escorridos. Retire o mini aro cuidadosamente, decore com brotos de rúcula, flores comestíveis e regue com o caldo obtido do vinagrete.