



*Thermomix les desea feliz Navidad 2008*

**BOGAVANTE AL VAPOR DE ALGAS CON VINAGRETA** TIEMPO CON THERMOMIX, 20 M TIEMPO TOTAL, 35 M



**(Ingredientes para 4 personas)**

- 2 bogavantes de 500 g cada uno 500 g de agua
- 1 puñado de alga kombu
- 1 puñado de algas variadas de mar
- 3 cucharadas de sal marina gorda
- 2 hojas de laurel

**Vinagreta**

- 3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra (de sabor suave)
- El zumo de media lima
- 1 chorrito de aceite de oliva virgen extra
- Sal de algas (para espolvorear)

**Preparación**

1 Coloque dentro del recipiente Varoma los bogavantes vivos (con las pinzas atadas), la mitad de las algas y la sal. Reserve. 2 Ponga en el vaso el agua, el resto de algas y el laurel. Sitúe el recipiente Varoma en su posición y programe 20 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1. Coloque un peso sobre la tapa del Varoma, (por ejemplo una lata de conservas de 1 kg) para evitar que se abra. 3 Cuando acabe el tiempo programado, retire y deje enfriar. 4 Separe la cabeza, las patas y la cola. Con la ayuda de unas tenazas para marisco o un mazo de madera, casque las pinzas y con unas tijeras corte la membrana del interior de la cola. Extraiga con cuidado la carne intentando que quede de una pieza. 5 Limpie la cabeza recogiendo en un bol el coral y todo el líquido de la parte central. Añada el aceite de oliva suave y el zumo de lima. Mezcle con una cuchara hasta que quede bien integrado. Reserve. 6 Corte el bogavante en rodajas y dispóngalas en una fuente junto con la carne de las pinzas. Riegue con la vinagreta reservada, espolvoree con sal de algas. Puede decorar con germinados (brotes de alfalfa, etc) o con hojas de ensalada variada.

**Sal de algas**

7 Ponga 50 g de algas variadas (nori, wakame, kombu) en el vaso y triture 5 segundos, velocidad 7. Debe quedar la textura como el té. Mezcle con 100 g de sal marina (o sal maldon).

Mari Carmen 918454334 661583431 Mari-Carmen@todothermomix.com