

Cardo con almendras (para 6 personas)



INGREDIENTES

1 kg de cardo, fresco, cocido o congelado
Zumo de limón
500 - 750 g de agua
1 cucharada de harina
1 cucharadita de sal

Salsa

50 g de aceite de oliva virgen extra
20 g de mantequilla
2 - 3 dientes de ajo
1 cucharada de harina
50 g de harina de almendra
250 - 300 g de líquido de cocción (de cocer los cardos o del envase)
1 cucharadita de sal
50 g de almendra laminada (para decorar)
1 cucharada de perejil picado (para decorar)

Tiempo con Thermomix: 48 min, 30 sec Tiempo total: 1 h

PREPARACIÓN

- 1 Si utiliza cardo fresco, compre el más blanco y tierno, es mejor pequeño. Limpie el cardo: corte las ramas exteriores y raspe las interiores quitando bien las hebras. Córtelo en trozos regulares de 2 cm aproximadamente y reserve en agua fría con el zumo de limón, para que no se oxide.
- 2 Vierta el agua, la cucharada de harina y la sal en el vaso y programe 6 minutos, temperatura Varoma, velocidad 1 para que hierva. Incorpore el cardo y programe 30 minutos, 100°, giro a la izquierda, velocidad 1. Compruebe el punto de cocción y, si fuera necesario, programe unos minutos más. Una vez cocido, escúrralo y reserve el cardo y el líquido por separado.
- 3 Si utiliza cardo cocido (envasado) escúrralo y reserve por separado el cardo y el líquido.
- 4 Si utiliza cardo congelado, sustituya el líquido de cocción por agua.

Salsa

- 5 Vierta en el vaso el aceite y la mantequilla, programe 5 minutos, 100°, velocidad 1. Añada los ajos por el bocal y sofría 2 minutos, 100°, velocidad 3.
- 6 Abra la tapa y añada la harina alrededor de las cuchillas. Rehogue programando 1 minuto, 100°, velocidad 2.
- 7 Incorpore la harina de almendras y el caldo de cocción y programe 5 minutos, 100°, velocidad 4. Triture 20 segundos, velocidad progresiva 5-10, (tiene que quedar la salsa muy fina y ligada).
- 8 Rectifique el punto de sal, añada el cardo cocido escurrido y programe 5 minutos, 100°, giro a la izquierda, velocidad cuchara. Agregue más líquido de cocción si fuera necesario.
- 9 Vierta en una fuente o en platos individuales y decore con láminas de almendra y perejil picado.

Mari carmen López 918454334 661583431

<http://www.todoothermomix.com> Mari-Carmen@todoothermomix.com