

COUS COUS DE IBÉRICOS Y VERDURITAS CON VIEIRA GLASEADA E INFUSIÓN DE PEREJIL

INGREDIENTES:

100gr cous cous
200ml de caldo de pollo
1/2 pimiento rojo
1/2 pimiento verde
1/2 calabacín
1/2 cebolla
50gr de jamón
50gr de chorizo
50gr de cecina
1 vieira
100gr de perejil
100ml de aceite de oliva

PROCEDIMIENTO:

Para la infusión de perejil:

Calentamos el aceite de oliva y añadimos el perejil. Dejamos que se enfríe y trituramos con la batidora, reservamos.

Cortamos las verduritas y los ibéricos en brunoise y lo rehogamos a fuego suave.

Añadimos el cous cous y el caldo y dejamos cocinar 8 min.

Reservamos.

En una sartén marcamos las vieiras y las flaseamos con azúcar.

PRESENTACIÓN

Con la ayuda de un molde redondo rellenamos de cous cous, encima ponemos la vieira y alrededor la infusión de perejil.

