

Receta de Lombarda con Manzana Caramelizada

30 Oct 2014



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta rica receta que nos ha enviado una seguidora muy fiel de esta Web, damos las gracias a Chus González por enviarnos su receta y os animamos a tod@s para que hagáis lo mismo y así podéis dar a conocer esos guisos que os quedan tan ricos y que os gustaría que los demás conocieran. Os dejo el comentario que nos hace " Chus González " sobre la receta que nos ha enviado:

"Es un plato original y exquisito, opcional para todas aquellas personas,(incluídos los niños) que son reacios al consumo de verduras."

Ingredientes

- 1 lombarda.
- 2 cebollas.
- 4 manzanas
- Caldo. (Optativo)
- 1 chorrito de vinagre.
- 1 cucharada de azúcar, sal y pimienta

Modo de Preparación

1. Separar las hojas de la lombarda, lavarlas, escurrirlas y cortar en tiras finas.
2. Pelar y cortar las cebollas en aros finos.
3. Pelar las manzanas y cortarlas en gajos.
4. Poner aceite en el fondo de una cazuela e ir colocando una capa de lombarda, otra de manzana y por último de cebolla.
5. Espolvorear el azúcar, la sal y pimienta rociando de aceite.
6. Seguir alternando los ingredientes en este orden hasta que se agoten.
7. Regar con el caldo, tapar la cazuela y cocer a fuego lento aproximadamente 30 minutos
8. Rociar el vinagre, continuando la cocción 15 minutos más. Servir caliente.