



Tostadas de champiñones al perejil con ricotta italiana

con ensalada de rúcula y canónigos

Una sartén

Preparation time : 25 min.



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/es-ES/recipes/tostadas-de-champinones-al-perejil-con-ricotta-italiana-655>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Jarra medidora, Túrmix, Bol, Varillas, Ensaladera, Sartén grande

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Champiñones (gramo(s))	250	500	750
Cebolla (unidad(es))	1	2	3
Perejil (unidad(es))	½	1	1½
Crema de vinagre balsámico (sobre(s))	1	2	3
Mezcla de rúcula y canónigos (gramo(s))	50	100	150
Pan de chapata (unidad(es))	2	4	6
Ricotta italiana (gramo(s))	250	500	750
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	3	6	9
Azúcar (cucharadita(s))	1	2	3
Agua para la salsa (mililitro(s))	20	40	60
Aceite para la salsa (mililitro(s))	30	60	90
Add yourself			

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kj)	3150 kj
Valor energético (kcal)	753 kcal
Grasas	38.8 g
de las cuales saturadas	14.1 g
Carbohidratos	82.9 g
de los cuales azúcares	15 g
Fibra	5.3 g
Proteínas	23.9 g
Sodio	2.37 mg

Allergens

Leche, Soja, Puede contener trazas de alérgenos, Sulfitos, Gluten, Huevo, Mostaza, Sésamo

Always check the product labels for allergen information.

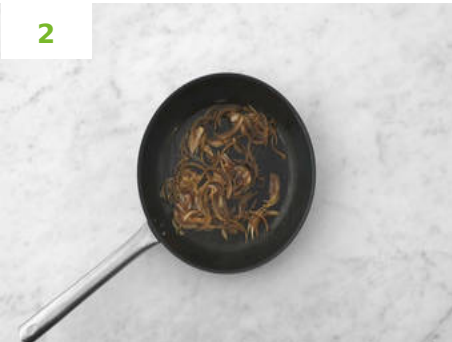


3, 2, 1, ¡a cocinar!

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

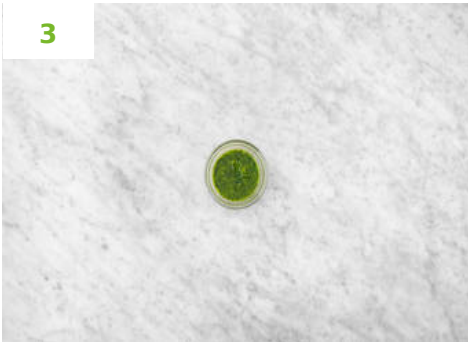
- Limpia los **champiñones** con un paño húmedo y retira el extremo del pie. Córtalos por la mitad.
- En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Añade los **champiñones** y cocina 3-4 por lado.
- **Salpimienta** y reserva en un bol cuando estén listos.

SABIAS QUE: Las setas se limpian con un paño húmedo o cepillo porque, si las remojas, absoben el agua y sus propiedades se ven afectadas.



Carameliza la cebolla

- Pela la **cebolla** y córtala en tiras finas.
- En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega la **cebolla** y una pizca de **sal** y cocina 2-3 min.
- Añade el **azúcar** y cocina a fuego medio-bajo 5-6 min, removiendo.



¡Al salseo!

- Deshoja el **perejil**.
- En una jarra medidora, añade el **perejil** deshojado, el **aceite para la salsa**, el **agua para la salsa** y **sal** al gusto. Tritura con un túrmix, hasta que quede homogéneo.
- Agrega la mitad del **aceite de perejil** al bol con los **champiñones** y mezcla.



Que no falte el verde

- En una ensaladera, mezcla con varillas la **crema de vinagre balsámico**, un chorrito de **aceite**, **sal** y **pimienta**.
- Añade la **mezcla de rúcula y canónigos** y mezcla.



Adereza la ricotta

- Abre el **pan de chapata** y tuéstalo en la tostadora hasta que esté dorado.
- En un bol, agrega la **ricotta** y adereza con **sal**, **pimienta** y un chorrito de **aceite**.



¡A la mesa!

- Reparte la **ricotta** sobre los **panes** y cubre con la **cebolla** caramelizada y los **champiñones**.
- Agrega el **aceite de perejil** restante al gusto.
- Sirve las **tostadas** en platos y acompaña con la **ensalada**.

Enjoy your meal!