



PAQUITO DE TERNASCO CON SALSA DE MOSTAZA Y MIEL

INGREDIENTES

2 cuellos de ternasco
abiertos por la mitad
1 cebolla
1 zanahoria
1 pimiento verde
4 dientes de ajo
Laurel
1 vaso de vino rancio
1 vasito de caldo de ave
Romero fresco
2 cuch. de miel
1 cuch. de mostaza
1 cuch. de tomate concentrado

• PARA EL PICO DE GALLO •

1 cebolla
2 tomates
1 manzana Granny
1 escarola

• ADEMÁS •

Molletes
8 lonchas de queso de oveja
Sal
Pimienta negra
Aceite de oliva virgen extra
Vinagre

ELABORACIÓN

Salpimienta los cuellos de Ternasco y ponlos a cocer en la olla exprés junto con los vegetales picados finamente, las especias, el vino rancio, el caldo de ave, la miel y la mostaza. Cocina a fuego suave durante 1 hora. Saca los cuellos, deshuélos y desmiga la carne.

Tritura la salsa junto con los vegetales y ponla a reducir con el Ternasco desmigado hasta que el guiso quede bien ligado.

Prepara un pico de gallo con cebolla, tomate y manzana Granny Smith. Aliña con Aceite de oliva virgen extra, sal y vinagre.

Aceita las rebanadas de hogaza y tuéstalas en una sartén. Cubre con lonchas de queso y deja que se fundan. Añade el guiso de Ternasco con su salsa y termina con el pico de gallo y unos pellizcos de escarola.



PLÁTANO CAMELIZADO CON NUECES Y CHOCOLATE

INGREDIENTES

4 plátanos de Canarias maduros
4 cuch. de azúcar moreno
2 cuch. de nueces peladas
50 g de chocolate negro

• **ADEMÁS** •

Helado de vainilla
Menta fresca

ELABORACIÓN

Pela los plátanos y córtalos por la mitad a lo largo.

Cubre la superficie con una fina capa de azúcar y carameliza con ayuda de un soplete. Añade el chocolate negro rallado y las nueces picadas.

Sirve las dos mitades de plátano y coloca en el centro una bola de helado.