

LENTEJAS CON PATO

INGREDIENTES

400 g de lenteja pardina
2 muslos de confit de pato
1 cebolla
1 zanahoria
1 pimiento verde
1 cabeza de ajos
Jengibre fresco
Laurel
Comino en grano
1 cuch. de tomate concentrado
1 cuch. de pimentón ahumado
Vino rancio
1,6 l de caldo de ave

• ADEMÁS •
Cebollino fresco
1 melocotón
1 limón
Sal
Pimienta negra
Aceite de oliva virgen extra

ELABORACIÓN

Lava, pela y pica la mitad de los vegetales y prepara con ellos un sofrito en una cazuela. Reserva el resto de los vegetales enteros.

Añade las especias, el tomate concentrado y el pimentón ahumado y rehoga brevemente. Incorpora las lentejas y los vegetales enteros, vierte el vino rancio y deja que se evapore el alcohol. Agrega el caldo de ave y cocina a fuego medio durante unos 40 minutos.

Mientras tanto, desmiga la carne de pato, desechando la piel y la grasa. Pela y deshuesa el melocotón, córtalo en dados pequeños y mézclalo con cebollino fresco picado.

Retira los vegetales enteros de la cazuela y tritúralos junto con un cazo de lentejas y parte de su caldo. Reincorpora la mezcla al guiso para darle cuerpo y conseguir una textura cremosa. Ajusta de sal y pimienta y añade la carne de pato desmechada.

Sirve las lentejas bien calientes y corona con el picadillo de melocotón y cebollino y un poco de ralladura de limón.



LABNEH CON TOMATITOS

INGREDIENTES

• PARA EL LABNEH •
500 g de yogur natural
1 cuch. pequeña de sal

• PARA ACOMPAÑAR •
Pistachos crudos
Pimentón ahumado
8 tomates cherry
Perejil fresco
Aceite de oliva virgen extra
Pimienta negra
4 tortillas de maíz

ELABORACIÓN

Mezcla el yogur con la sal y colócalo en una gasa limpia sobre un colador fino. Deja escurrir el suero en el frigorífico durante 24 horas, hasta obtener una crema espesa y untuosa.

Dispón el labneh en un cuenco y reparte por encima el pimentón ahumado, los pistachos crudos picados y los tomates cherry cortados en rodajas y mezclados con perejil fresco picado. Termina con pimienta negra recién molida y un buen chorro de Aceite de oliva virgen extra. Coloca los panes de pita cortados en triángulos alrededor del cuenco y sirve.