

Pikáns körömsaláta - készítette Nemeskövi Dénes mesterszakács



Hozzávalók:

3 fél sertésköröm, só, néhány szem fekete bors, 2 gerezd fokhagyma, 1 vöröshagyma, néhány petrezselyemág, 1 mokkáskanál köménymag, 2 kisebb lilahagyma (10 dkg), 2 kiskanál fehérborecet, 5-6 kiskanál olaj (lehetőleg olíva), 1 mokkáskanál őrölt fekete bors, fél-fél csokor petrezselyem és metélőhagyma, 15-20 dkg ecetes vagy csemegeuborka

a díszítéshez:

főtt tojás, uborka, paradicsom, finomra vágott kerti fűszerek

1. A körömet leforrázzuk, lemossuk, majd sóval ízesített, egész borssal, fölszeletelt fokhagymával és hagymával, néhány petrezselyemággal és egész köménnyel fűszerezett vízben puhára főzzük.
2. Hűlni hagyjuk, azután kiskéssel kicsontozzuk, és vékony csíkokra vágjuk. A lilahagymát megtisztítjuk, finomra vágjuk, és enyhén besózva 10 percre félretesszük. Ezután kinyomkodjuk, tálba rakjuk. Az ecetet és az olajat hozzákeverjük, megborsozzuk, a fölaprított petrezselyemmel és metélőhagymával fűszerezzük, elkeverjük. Az uborkát nagyon apróra vágjuk, a fűszeres öntetchez keverjük a fölcsíkozott puha körömmel együtt.
3. Folpackkal letakarjuk, és hűtőszekrényben érleljük 1-2 órán át. Tálaláskor főtt tojással, uborkával, paradicsommal, finomra vágott kerti fűszerekkel díszítjük. Kínálhatunk hozzá pirítóst, és egy kevés olajjal meg citromlével meglocsolt zöldsalátát vagy salátakeveréket is.

Jó tanács

- Aki paleo életmódot folytat, olívaolajjal készítse.

4 főre

Elkészítési idő: 15 perc + a köröm főzése + érlelés

Egy adag: 363 kcal