

Recepta del mes

AMANIDA D'ESPINACS, CIGRONS I BACALLÀ AMB VINAGRETA DE MEL I ANOUS

Ingredients (4 persones)

500 g de cigrons cuits
200 g d'espínacs frescs
400 g de bacallà esqueixat dessalat
50 g d'anous
1 llimona
Mostassa
Sal
Pebre
Oli d'oliva

Elaboració

- 1) Picar les anous en un morter lleugerament, afegir una cullerada de mel, una cullerada de mostassa i un rajolí de suc de llimona. Afegir oli d'oliva remenant enèrgicament per formar una vinagreta. Posar a punt de sal i pebre.
- 2) Barrejar els cigrons cuits escorreguts, les fulles d'espínacs netes i el bacallà esqueixat en un bol i amanir amb la vinagreta anterior