



GUISANTES CON JAMÓN SERRANO Y CILANTRO

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 800 g de guisantes congelados
- 800 g de patata
- 160 g de jamón serrano
- 8 dientes de ajo
- 3 ramas de cilantro fresco
- 40 ml de aceite de oliva
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Cuece los guisantes al vapor, con sal al gusto. Por otro lado cuece las patatas o ásalas en el horno, como prefieras.
- Mientras tanto, pela y lamina los dientes de ajo y retira la grasa del jamón. Tuéstalo en una sartén sin engrasar hasta que empiece a estar crujiente, retíralo y reserva cuatro trocitos para la decoración, el resto tritúralo hasta obtener polvo de jamón.
- En la misma sartén, ahora con un poco de aceite, dora los ajos laminados. Retíralos antes de que tomen demasiado color para que no se quemen, reserva la mitad y la otra mitad coloca en un bol con un buen chorro de aceite de oliva.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 44.4 g	Grasas 20.1 g
Kcal 492	Proteínas 27.7 g

- Escurre y reserva los guisantes una vez hechos, y las patatas troceadas ponlas en el vaso de la batidora, salpimienta al gusto y agrega los ajos, el cilantro y un buen chorro de aceite de oliva. Tritura hasta obtener una crema fina.
- Mezcla entonces los guisantes con el cilantro y ajo. Dispón un aro de emplatar para presentar el plato, rellénalo con los guisantes, espolvorea con el polvo de jamón, decora con el crujiente de jamón y termina regando con el aceite de ajos fritos.