



ESPÁRRAGOS TRIGUEROS CON JAMÓN EN SALSA DE NARANJA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 30 unidades de espárragos trigueros gruesos
- 150 g de jamón serrano
- 5 g de azúcar
- sal
- Salsa:
- 2 unidades de naranja
- 20 g de azúcar
- 80 g de queso mascarpone
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Limpia los espárragos retirando la parte leñosa. Colócalos en una cazuela amplia con agua, sal y azúcar. Cuando comience a hervir, cuece los espárragos durante 3 minutos a fuego medio. Retira con una espumadera, procurando que no se rompan las puntas, y pasa por agua fría, para que no pierdan color. Reserva bien escurridos.
- En una sartén, deja caramelizar el azúcar a fuego medio y cuando se vuelva rubia, incorpora el zumo de naranja y deja hervir durante 10 minutos.
- Añade el mascarpone, la sal y la



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos
de carbono
14.1 g

Grasas
16 g

Kcal
255

Proteínas
12.9 g

pimienta fuera del fuego, remueve con las varillas y reserva caliente a baño María.

- Envuelve cada tallo de espárrago con una loncha de jamón serrano fina y sirve cubiertos con la salsa de naranja caliente.