

Cremoso de trigo con crujiente de espinacas:

Ingredientes (4 comensales):

- 250g de trigo tierno ECOLOGICO (dejar en remojo aprox. 12 horas)
- 1/2 cebolla, 1 diente de ajo, sal
- 2 tomates pera grandes (unos 250g)
- 150g de espinacas frescas ECOLOGICAS
- 200g de queso tetilla
- Pimienta negra, pimentón de la Vera
- 600 mL de agua (o caldo vegetal)



Preparación:

- Pela y pica la cebolla y el ajo , trocea los tomates en macedonia y salpimentálos, añade una pizca de azúcar para equilibrar la acidez y reserva
- Pon una cazuela con un poco de aceite de oliva y pocha la cebolla a fuego lento, cuando esté tierna y transparente, añade el ajo y sofríe un par de minutos más antes de añadir el tomate
- Deja reducir unos minutos el agua del tomate e incorpora a continuación el trigo tierno y el pimentón. • Mezcla bien y sofríe un minuto más, y añade el agua (o el caldo), sube el fuego y lleva a ebullición. Sazonar
- Cuando rompa a hervir, reduce el fuego y deja cocer unos 15 minutos o hasta que el trigo esté en el punto que te guste
- Recuerda mover de vez en cuando y antes de que haya absorbido todo el caldo, incorpora las espinacas poco a poco, con el calor reducirán su volumen, (reserva algunas hojas para el crujiente)
- Incorpora también el queso tetilla troceado y mezcla , así quedará un trigo tierno y cremoso. Apaga el fuego y tapa la cazuela, deja reposar cinco minutos antes de servir
- Calentar una cucharada de aceite en una sartén, freír las hojas de espinacas y cuando estén crujientes, retirar sobre papel absorbente. Salar
- Emplatar el trigo y decorar con los crujientes de espinacas