

Ensalada de frutas en distintas texturas

Este plato toma su nombre del original francés, macédonie, que a su vez nuestros vecinos los galos lo cogieron como una metáfora del batiburrillo de gente de todo origen y condición que se formó durante el Imperio Macedonio. Por ello, condición fundamental para que la ensalada de frutas sea una macedonia es la variedad de frutas. En esta lección aprenderás a hacer una macedonia en texturas, con cada una de las frutas elaborada con una técnica diferente.

Preparación

Asamos dos peras al horno a 180° durante media hora. Reservamos. Con tres o cuatro rodajas de piña, hacemos un licuado y lo reducimos con azúcar hasta que nos quede una textura como de salsa. Paralelamente, cortamos unas fresas y hacemos una confitura en la sartén añadiéndole unas cucharadas de azúcar. Cuando esté cocinada, dejamos enfriar. Pelamos una naranja y cortamos unos gajos. Los marcamos en la sartén con un poco de aceite de girasol. Además, con otra naranja hacemos un zumo. Por otro lado, cortamos el plátano en rodajas y lo rebozamos con un tempura que hemos hecho previamente con harina de tempura mezclada con agua. Lo freímos en aceite de oliva virgen extra. Cortamos el mango en rodajas finas. Rellenamos con la mermelada de fresa y formamos un canelón o una empanadilla.

Ingredientes

1 pera
2 naranjas
1 mango
100 gr de fresas
Piña (puede ser en lata al natural)
Azúcar
1 plátano
Harina de tempura
Una cucharada de aceite de girasol
Aceite de oliva virgen extra

Utensilios

Cazos
Pinzas
Cuchillos
Tabla de cortar
Sartén

Cubiertos de servir
Papel absorbente
Bol
Licuadora
Platos

Instructor destacado



Alejandro Alcántara

ARCOS

 **BOSCH**
Innovación para tu vida

El Corte Inglés
SUPERMERCAD