

# Crudites, Matices de Tierra, Carabineros en Relieve y Tapenade

---

## Preparación

---

Cortar las verduras para el Crudite en cubos y reservar. Meter los Carabineros limpios en las bolsas de vacío con un chorro de AOVE y espalmar hasta conseguir un grosor de Carpaccio, congelar. Mezclar los ingredientes del Tapenade, bien picados y mezclarlos en un mortero. Presentación: Disponer, en un plato adecuado, todos los Crudites y aliñar con el Tapenade. Abrir la bolsa de vacío y cortar el Carpaccio en un formato rectangular y colocarlo encima de los Crudites. Con la descongelación ira adquiriendo un relieve provocado por los Crudites. Sazonar y colocar los brotes de Pepino y algunos rabanitos cortados por la mandolina encima.

## Ingredientes

---

Para los Crudites:

4 Rabanitos

1 Apio Rama

1 Remolacha Cocida

1 Hinojo Baby

Para el Carpaccio de Cigalas:

1 Kg de Cigalas peladas del calibre 8/10 por Kg

Bolsas de Vacío medianas

AOVE

Sal

Pimienta

Para el Tapenade:

50 gr de Aceitunas negras sin hueso

4 Anchoas del Cantábrico

50 gr de Alcaparras

AOVE

Otros:

Brotes de Pepino (1 maceta)

## Utensilios

---

## Instructor destacado

---



Miguel De La Fuente

ARCOS

 **BOSCH**  
Innovación para tu vida

El Corte Inglés  
**SUPERMERCAD**