

# Ensalada Verde con Aguacate, Salmón y Almendra Crujiente. La Hoguera de las Vanidades.



Se cumplen dos años de la primera publicación de este blog.

Lejos quedan aquellos primeros post, cándidos, sin pretensiones, llenos de inocencia que no aspiraban más que a convertirse en un trabajo personal de autodisciplina, a sabiendas de que la saturación de publicaciones gastronómicas en vigor podrían dejar mi esfuerzo en la sombra.

Para qué ilusionarme entonces con salir en la foto?.

Aun así, durante todo este tiempo me he esforzado por mejorar hasta conseguir hacerme un pequeño hueco en esta plataforma y colocar mi recetario en un atril, a la vista de un público fiel que me hace crecer poco a poco y me empuja a seguir con entusiasmo.

Esto avala mi teoría de que todo trabajo hecho con esmero alcanza finalmente su recompensa.

Pero hay algo que para mí está por encima incluso de ese esfuerzo constante y que procuro tener presente cada vez que comparto en esta ventana, parte de lo que soy en mi forma de cocinar: la honestidad; un valor en desuso especialmente en este bloggermundo que en ocasiones pudiera recordarnos a una « falò delle vanità», en la que afloran lo mejor y lo peor de muchos.

Blogueros comprometidos y desinteresados frente a otros que con piel de cordero venden su alma con tal de ver su nombre en la palestra y suelen olvidarse de que en el fondo, salvo aquellos que son además profesionales de la cocina, el resto somos nadie dentro del panorama culinario.

Es cierto que a todos nos gustan los aplausos, de hecho queremos que nos aplaudan siempre pero, creo además que es hermoso también aplaudir a los demás.

Yo lo hago; aplaudo mucho, con intención de infundir ese ánimo que sé, a veces necesitamos para seguir con este viaje.

He aplaudido por admiración, por cariño, por gratitud en ocasiones, aplaudido publicaciones incluso de aquellos que me ningunean de manera sistemática. No me importan las interpretaciones que puedan hacerse de estos aplausos; si veo un trabajo bien hecho, lo aplaudo.

Por qué no agradecer a un colega ese pequeño truco que ha hecho que mi estofado me quedara perfecto?; por qué no alegrarnos del reconocimiento a la labor de otros cuando es merecida?.

Durante estos dos años he visto de todo y he procurado analizarlo de una manera coherente y responsable para sacar de ello lo mejor, tratando de no quemarme o morir de asfixia en esta hoguera de las vanidades.

Debo decir que me siento afortunada, que el resultado del balance, hasta el momento, ha sido muy positivo.

Una experiencia enriquecedora que me ha hecho recuperar la ilusión en muchas cosas y sobre todo me ha dado la oportunidad de acercarme y conocer, sin salir de mi cocina, a gente maravillosa.

Gracias a todos por estar ahí, por leerme, por cocinar conmigo, por querer que os cocine y hacerme disfrutar de unos logros que no sabrían igual si no pudiera compartirlos con vosotros.

Bonito sermón para celebrar mi segundo aniversario, quizás un sorteo me hubiera granjeado más simpatías pero... no sería yo.

Con Bach de la mano me cuelo en mi santuario y me pongo con la receta, una sencilla pero deliciosa «[Ensalada Verde con Aguacate, Salmón y Almendras Crujientes](#)» reeditada de este [Menú](#) para mejorarla y que espero os

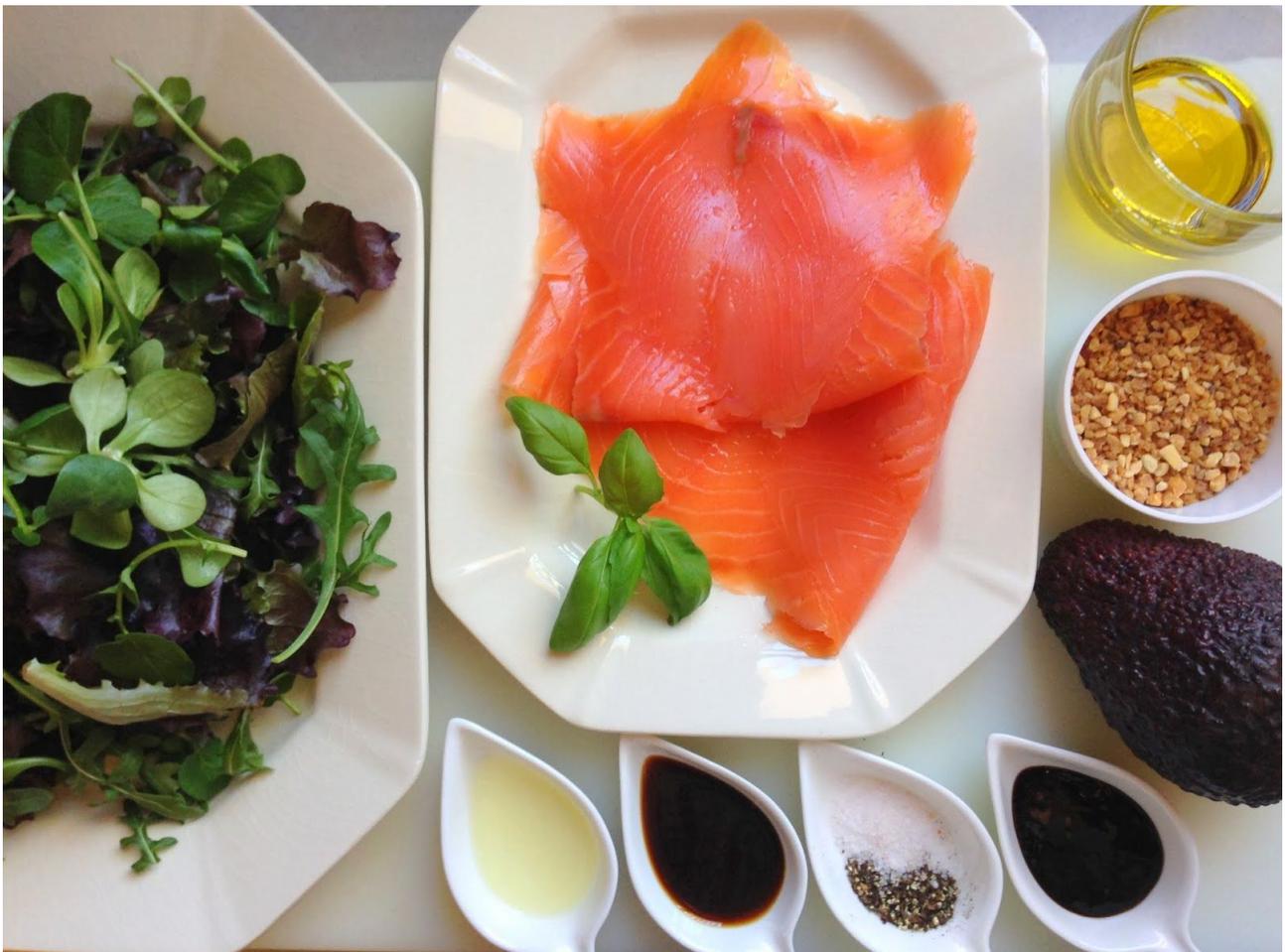
guste.

Besos.

### «Ensalada Verde con Aguacate, Salmón Ahumado y Almendras Crujientes».

-Ingredientes (para 4 personas):

- 100 gr. de Brotes Tiernos y lechugas.
- 1 Aguacate maduro.
- 100 gr. de Salmón Ahumado en lonchas.
- 4 Cucharadas de Almendras picadas crujientes.
- 1 Cucharada de Salsa de Soja.
- 1 Cucharada de glassa balsámica.
- 1 Cucharada de Zumo de Limón.
- Una pizca de Sal del Himalaya y Pimienta Negra recién molida.
- 6 Cucharadas de Aceite de Oliva Virgen Extra.
- Albahaca Fresca para decorar (Opcional).



En una ensaladera grande, trocear con las manos, como si rompiéramos papel, las hojas de las diferentes lechugas y brotes tiernos, Troceamos el aguacate en dados

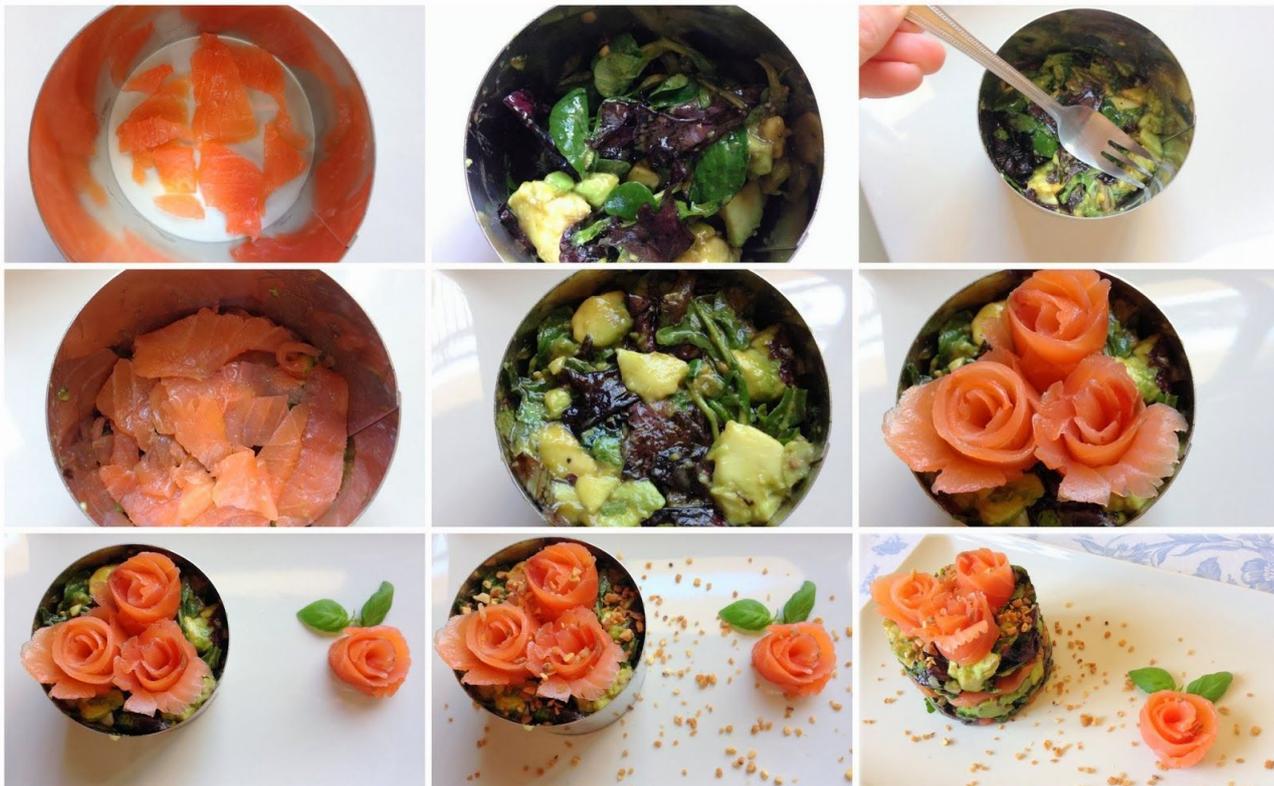
y lo añadimos a los brotes verdes. Salpimentamos y regamos con el zumo de limón, la salsa de soja, la glassa balsámica salamos y añadimos el aceite. Removemos bien y reservamos.



Cortamos las lonchas de salmón en tiras de un centímetro de ancho más o menos y hacemos rosas (como indica la foto), 4 para cada plato. El resto del salmón lo troceamos de manera irregular y reservamos también.



Para emplatar, nos ayudamos de un aro en cuyo fondo pondremos unos trocitos de salmón, llenaremos hasta la mitad de ensalada, presionando un poco para que al quitar el aro no se nos rompa y colocaremos encima una capa de salmón cubriendo la ensalada. Terminamos de rellenar hasta arriba con más ensalada que presionaremos también y rematamos con tres flores hechas con salmón y colocando una flor más en otro lado del plato con un par de hojitas de albahaca fresca. Espolvoreamos con una cucharadita de la almendra crujiente y servimos.



Fácil, rico y vistoso.





*Ya se lo que quiero*