

Pasta Fresca con Gambones y Aguacate al Ajo Negro.



Pasta Fresca con Gambones *y Aguacate al Ajo Negro*

Descubrir que el ajo negro tiene propiedades probióticas, me ha hecho recordar esta receta y reeditarla para animaros a probar este maravilloso ingrediente de extraordinario sabor, además de una gran versatilidad en la cocina. Gracias al proceso de fermentación que le dan ese color y texturas tan especiales,

se convierte en un superalimento que merece la pena tener en nuestras alacenas.

Sin más os dejo con el paso a paso de la receta que espero os guste.

Besos.

Lourdes



Pasta Fresca con Gambones *y Aguacate al Ajo Negro*

Pasta Fresca con Gambones

y Aguacate al Ajo Negro

Ingredientes

para 4 personas

- 500 gr. de Pasta Fresca (Tagliatelle).
- 8 Gambones* Frescos.
- Medio Vaso de Aceite de Oliva Virgen Extra* Suave.
- 1 Cucharadita de Sal del Himalaya.

- 1 Cucharada de Aceite de Ajo Negro* «Villa Victoria».
- 2 Cucharadas de Mirin (de venta en la sección de condimentos orientales de grandes superficies o tiendas especializadas de alimentación).
 - 1 Aguacate*.
 - 2 Cucharadas de Mayonesa Ligera.
 - Medio Limón*.
- 4 Dientes de Ajo Negro* «Villa Victoria».

Material

Bandeja de cristal de horno.

Olla Mediana.

Cacerola plana.

Escurridor.

Colador Grande.

Batidora tipo Minipimer (y su vaso).



Optimized by www.ImageOptimizer.net



Paso a Paso

Antes de comenzar con el paso a paso os explico que para hacer el aceite al ajo negro que usaremos en este plato, basta con poner tres dientes de ajo negro en medio vasito de un buen aceite de oliva virgen extra, triturarlos, dejar que se asienten y conservar ese aceite en algún recipiente cerrado para que se perfume bien. En esta receta usaremos un par de cucharadas; el resto lo puedes usar en otras elaboraciones.



Y una vez preparado nuestro aceite, pelamos, troceamos y ponemos en el vaso de la batidora el aguacate con el zumo del medio limón, una pizca de la sal y las dos cucharadas del aceite de ajo; trituramos hasta tener una crema que mezclamos con las dos cucharadas de mayonesa y reservamos.



Pelamos y troceamos los dientes de ajo y reservamos también.



Lavamos y secamos los gambones, los ponemos en una bandeja de cristal de horno y los salamos con una tercera parte de la sal. Los horneamos durante 3 minutos con el horno precalentado a 250°C. Retiramos del horno y los pelamos.

Reservamos las cabezas y cáscaras por un lado y los cuerpos por otro.



En la

cacerola ponemos el aceite con el mirin a fuego fuerte y salteamos las cabezas y las cascaras, dejamos que se doren y luego las retiramos del aceite presionándolas para extraerles el máximo jugo posible dejando que caiga sobre el aceite en las que las hemos salteado, reservándolo en la cazuela. Ponemos a hervir el agua en la olla para cocer la pasta y cuando hierva le agregamos el resto de la sal; cocemos los tagliatelle el tiempo marcado por el fabricante. Una vez cocida la pasta la escurrimos y la rehogamos un par de minutos en la cacerola con el aceite de las gambas, removiendo para que se impregne bien.



Montaje

Cortamos los gambones en trozos. Servimos la pasta en los platos, colocamos un par de gambones troceados sobre cada ración, agregamos un diente de ajo en trocitos sobre los gambones y rematamos con una cucharada de la crema de aguacate.

Podéis decorar con una ramita de eneldo fresco.



Un plato delicioso y la mar de saludable.







Prebióticos: Aguacate, Limón.

Probióticos: Ajo negro.

**Activadores de Colágeno: Gambones,
Aceite de oliva Virgen Extra.**