

# Ensalada Caesar



**Dificultad:** □□□□□

Tiempo de preparación: 45min , Tiempo de cocción: 0min

Tiempo total: 45min , Número de porciones: 2

**0** Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/ensalada-caesar>

## Preparación

Para la ensalada, cortar el pan en cubitos y hornearlos en horno mínimo durante 30 minutos. Reservar. Con las manos cortar las hojas de lechuga en trozos pequeños y colocarlas en un bol. Incorporar el pollo, también desmenuzado con las manos. Por último agregar el parmesano y los cubitos de pan. Para el aderezo, en agua hirviendo, colocar el huevo y dejar que se cueza de 2 a 3 minutos, tiene que quedar como un huevo "pasado por agua", cocido por fuera y crudo por dentro. Retirar y pelar. En una procesadora colocar el huevo junto al vinagre, la mostaza, el filete de anchoa y el ajo. Procesar que todo esté mezclado. Y, sin apagar la procesadora, echar el aceite de oliva en forma de hilo fino, hasta que el aderezo comience a quedar cremoso. Condimentar la ensalada y servir. Disfrute!

### ▫ Tip para la receta

En el caso de desear sazonar la ensalada hay que recordar que la anchoa y el parmesano son bastante salados. Hay que probar el resultado final antes de agregar sal. Si llega a sobrar aderezo, se puede refrigerar y conservar varios días.

## Ingredientes

- 1 Lechuga mantecosa
- 1 Pechuga de pollo grillada
- 2 rebanada/s Pan de molde
- 4 cucharada/s Queso Parmesano rallado
- 1 Huevo
- 1 cucharada/s Vinagre de manzana
- 1 filete/s Anchoas
- 1 diente/s Ajo picado
- 1/2 taza/s Aceite de oliva

## Categorías

Un día normal, Americana, Todo el año, Económico, Pescados y frutos de mar, Aves y conejos, Vegetales, Rápida, Una cocinera experta, Un pobre estudiante, Chicas delgadas, Ensalada

