

Pratos Principais Saladas

Panzanella com Burrata

Os dias lá fora estão mesmo a pedir um bom brunch. ??? Recebe o verão com esta maravilhosa salada, acompanhada da tua caneca de Pensal preparado com água, e aproveita o momento!

60 min. Fácil Económico 2 doses

Ingredientes

500 g de mix de tomates maduros, cortados em pedaços pequenos (amarelo, castanho, cherry, verde, rama, coração de boi)

1 c. de chá de flor de sal

150 g de pão de massa mãe, cortado em cubos (para fazer croutons)

80 ml de azeite

1 dente de alho picado

1/4 c. de chá de mostarda Dijon

1 c. de sopa de vinagre de vinho branco

pimenta preta q.b.

10 g de folhas de manjericão, picadas grosseiramente

1 burrata

Informação nutricional

Energia	619,1 kcal	31%*
Proteínas	10,4 g	21%*
Lípidos	43,8 g	63%*
Hidratos de Carbono	45,1 g	17%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Coloca os tomates cortados em pedaços numa tigela e tempera com 1 colher de chá de flor de sal. Mexe para envolver.
2. Transfere para um coador com uma tigela por baixo e reserva em temperatura ambiente, mexendo ocasionalmente.
3. Reserva por pelo menos 15 minutos, guardando os sucos que são escorridos. Entretanto, pré-aquece o forno a 180°C.

4. Numa tigela grande, mistura os cubos de pão com 1 colher de sopa de azeite.
5. Transfere para um tabuleiro de forno e tosta por cerca de 15 minutos. Retira do forno e deixa arrefecer.
6. Adiciona o alho, a mostarda e o vinagre aos sucos escorridos.
7. Mexendo constantemente, adiciona 60ml de azeite e tempera o molho a gosto com sal e pimenta.
8. Mistura o pão torrado, os tomates e o molho numa tigela grande. Adiciona as folhas de manjericão.
9. Mistura tudo para envolver e tempera com sal e pimenta.
10. Deixa descansar 30 minutos antes de servir, mexendo de vez em quando até que o molho seja absorvido pelo pão.
11. Transfere para um prato e coloca a burrata escorrida ao centro. Tempera a burrata com um fio de azeite, sal e pimenta preta e serve.
12. Sugestão: acompanha com uma caneca de Pensal preparado com água.