

TALLARINES DE CALABACÍN CON BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES

Ingredientes para 2 personas:

- 2 calabacines
- 1 cebolleta
- 2 ajetes
- 150 g de champiñones portobello.
- 150 gr brócoli
- Sal y pimienta.
- Aceite de oliva virgen extra



Preparación:

- 1º. Hacemos los tallarines de calabacín. Para ello, cortamos los extremos. Podemos hacer el laminado con un pela patatas o con una mandolina.
- 2º. El método es muy sencillo con el pela patatas. Igual que lo utilizamos para pelar patatas o cualquier vegetal, seguimos 'pelando' la verdura, aunque en este caso no estamos pelando sino laminando, cortando el calabacín en forma de tallarines.
- 3º. En una sartén amplia, con un chorrito de aceite de oliva, rehogamos la cebolleta y los ajetes picaditos, a fuego suave, no hace falta que se doren. Mientras, lavamos los champiñones y los cortamos en láminas. Y cortamos los "arbolitos" del brócoli.
- 4º. Subimos el fuego y añadimos los champiñones y el brócoli a la sartén. Es importante que el fuego esté fuerte para que se doren y no se cuezan. Una vez que se han dorado, añadimos un chorrito de agua dejamos evaporar.
- 5º. Añadimos los tallarines de calabacín; salpimentamos, y damos un par de vueltas a todo junto en la sartén. Tres o cuatro minutos serán suficientes, ya que al estar tan finos los calabacines están listos enseguida.

¡Fácil, original y de temporada!