

Judías verdes con sésamo

Ingredientes para 4 personas

- 300g de judías verdes
- 3 dientes de ajo
- 1 trozo de jengibre fresco
- 3 cucharadas de semillas de sésamo
- 1 manojito de cilantro fresco
- Zumo de un limón
- 3 cucharadas de salsa de soja
- 1 cucharada de aceite de sésamo
- 1 cucharada de aceite de girasol
- Sal marina



Preparación:

- 1º. Lava las judías y corta los rabitos y las hebras que puedan salir. Las judías más largas, córtalas por la mitad.
- 2º. En una olla con abundante agua hirviendo y un poco de sal, echa las judías, tapa y deja cocer unos 10 minutos, hasta que se ablanden pero sin dejar de estar al dente, esto es que crujan un poco al morderlas. Cuela, enjuaga ligeramente con un poco de agua fría y deja escurrir bien.
- 3º. Mientras se enfrían, ve preparando el aliño cortando en trozos muy pequeños el trozo de raíz de jengibre y los ajos, todo pelado.
- 4º. Añade el cilantro picado, un poco de zumo de limón, salsa de soja y aceite de sésamo.
- 5º. Coloca las judías escurridas en una fuente y cúbreelas con esta salsa. Si fuera necesario, añade algo más de sal.
- 6º. Sugerencia: Queda realmente buenísimo si preparas las judías con la salsa el día de antes y la dejas macerando, y en el momento de servir frías las semillas de sésamo y las esparces por encima.

¡Fácil, sano y de temporada!