



COL ASADA CON VINAGRETA DE PISTACHOS

Ingredientes

- 1 col blanca
- 30 ml de vinagre balsámico
- 20 gr de pan rallado
- 20 gr de copos de avena
- 30 gr de pistachos
- 20 gr de semillas de sésamo
- 1 limón
- Ajo granulado al gusto
- 60 ml de aceite de oliva virgen extra
- Queso tipo parmesano
- Perejil fresco o cilantro
- Pimienta negra molida
- Sal

NOTA:

Podemos echar toda la vinagreta de pistachos sobre la col asada o servir la mitad en un cuenco aparte.

Es un plato perfecto para tomar como guarnición de carnes o pescados, o incluso tomar como cena sin nada más.

Preparación

1°. Precalentar el horno a 220° y preparar una bandeja o fuente. Retirar las hojas externas más dañadas de la col, lavar y secar con suavidad. Cortar en "gajos" para obtener unas ocho piezas.

2°. Disponer en la bandeja, salpimentar y regar con un par de cucharadas de aceite de oliva y una cucharada de vinagre balsámico, procurando que se embadurnen todas las caras.

3°. Asar durante unos 20-30 minutos, girando las piezas a mitad del tiempo. Dependiendo del horno, el tipo de col y el tamaño de las piezas pueden tardar más o menos.

4°. Mientras tanto preparar la vinagreta. Machacar o picar con cuchillo los pistachos y mezclar con los demás ingredientes, añadiendo abundante queso recién rallado. Ajustar la cantidad de zumo de limón al gusto; lo mejor es ir probando sobre la marcha. Si estuviera muy fuerte, rebajar con agua. Batir bien para emulsionar.

5°. Cuando la col esté bien asada, tierna por dentro y con las hojas externas tostadas, retirar y llevar a una fuente. Repartir parte de la salsa y perejil o cilantro fresco lavado y picado.

(FUENTE [HTTPS://WWW.DIRECTOALPALADAR.COM/](https://www.directoalpaladar.com/))