

PENCAS DE KOMATSUNA EN SALSA DE ALMENDRAS

Ingredientes

- Las pencas de una komatsuna
- Un puñado de almendras
- 1 cucharada sopera de harina de trigo
- 1 diente de ajo
- Pimiento de espelette molido
- Pimienta negra
- Perejil fresco picado
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal marina

La komatsuna es una verdura japonesa que se puede usar como la espinaca. Se utiliza para condimentar sopas y ensaladas ya sea frita, picada o hervida. Su uso más común es como aderezo del ramen, una sopa japonesa de fideos. La komatsuna es una excelente fuente de calcio.

Preparación

1°. Cocemos las pencas de la komatsuna en agua con sal. Tardarán unos 20 minutos.

2°. Mientras se cuecen podemos ir preparando la salsa. En una cazuela calentamos aceite y doramos el diente de ajo.

3°. Una vez dorado lo sacamos y majamos en el mortero junto con las almendras.

4°. Doramos harina en el aceite en el que hemos dorado los ajos y una vez rehogada (para que no sepa a cruda) echamos el agua, la sal, la pimienta, el pimiento de espelette y el majado de almendras y ajo. Y dejamos que cueza un poco para que vaya espesando.

5°. Echamos las pencas cocidas en la salsa y lo cocinamos todo junto unos 5 minutos. Una vez esté echo añadimos el perejil y retiramos del fuego.

(FUENTE [HTTPS://ENMICOCINANARANJA.BLOGSPOT.COM/](https://enmicocinanaranja.blogspot.com/))