



ENSALADA DE MIZUNA, COLIFLOR ASADA Y COMINO

Ingredientes

- 1 coliflor de cabeza pequeña, sin corazón y cortada en floretes del tamaño de un bocado
- 5 cucharadas de aceite de oliva, dividido
- 3/4 cucharadita de sal kosher, dividida
- 2 cucharaditas de comino molido, dividido
- 1 cucharada jugo de limon fresco
- 1 cucharadita de miel
- 1/4 cucharadita de pimienta negra recién molida
- 1 manojo grande de mizuna, sin tallos grandes o 1 paquete (5 onzas) de rúcula tierna
- 4 dátiles frescos o secos, sin hueso y finamente picados

Preparación

1º. Precalienta el horno a 450°. Coloque la coliflor en una bandeja para hornear con borde, rocíe con 2 cucharadas de aceite, espolvoree con 1/2 cucharadita de sal y 1 1/2 cucharaditas de comino y revuelva para cubrir uniformemente; luego extender en una sola capa. Ase, revolviendo una o dos veces, durante unos 15 minutos, hasta que estén dorados y tiernos pero no blandos. Pruebe un florete para saber si está cocido; Los floretes más grandes pueden tardar un poco más en cocinarse.

2º. Mientras se asa la coliflor, prepare el aderezo: en un tazón pequeño, mezcle el jugo de limón, la miel, el 1/4 de cucharadita de sal restante, 1/4 de cucharadita de comino y la pimienta. Agrega las 3 cucharadas restantes de aceite de oliva.

3º. En un tazón para servir, combine la coliflor asada, la mizuna y los dátiles, rocíe con el aderezo y revuelva para cubrir uniformemente. Pruebe y agregue sal y pimienta adicionales si es necesario. Servir inmediatamente.

[FUENTE:WWW.DELICIOUSLIVING.COM/](http://WWW.DELICIOUSLIVING.COM/)