

¡COME PEPINO ESPAÑOL!

Publicado por CeltiberoSet - 05 Jun 2011 09:24

Más de uno tendría que tomarlo pero por donde amarga. Pero como no es vuestro caso y se acerca el verano y el calor, ¡ nada mejor que el pepino español!. Aquí os dejo unas deliciosas recetas.

¡Animaros chicas que dejan la piel tersa y suave!. El único requisito indispensable para que salgan bien es que los pepinos a utilizar sean españoles:

CREMA DE PEPINO Y YOGUR AL ESTILO TURCO

Ingredientes

(Para 2 personas)

1 pepino de tamaño grande o 2 pequeños

3 yogures naturales

1 diente de ajo

2 cucharadas soperas de eneldo (preferiblemente fresco)

1 cucharada sopera de menta seca.

una pizca de aceite de oliva

una pizca de sal.

Comentarios

Tiempo de preparación: 10 minutos. Se puede comer acompañado de pan de pita o como acompañamiento a otros platos.

Pasos

Poner el yogur en un bol.

Lavar y pelar el pepino. Seguidamente, se va rallando el pepino encima del yogur.

A continuación, rallar el diente de ajo pelado.

Mezclar.

Añadir el eneldo y la menta, y volver a mezclar.

añadir sal al gusto y una pizca de aceite de oliva. mezclar y servir.

RECETA DE PEPINOS RELLENOS DE JAMÓN

Ingredientes

- 400 gr de jamón dulce cortado en daditos
- 4 huevos duros
- 2 patatas hervidas
- 4 pepinos gruesos y cortos
- 4 cucharadas de crema de leche
- 1 cucharadita de mostaza
- Perejil picado
- Eneldo
- Zumo de limón
- Sal
- Pimienta
-

PREPARACIÓN

- Los ingredientes son para cuatro personas.
- Partimos los pepinos por la mitad y a lo largo, les quitamos las pepitas y guardamos parte de la pulpa.
- Cortamos las patatas en daditos y picamos/rallamos los huevos duros.
- Mezclamos bien todos los ingredientes con la pulpa que teníamos reservada y rellenamos con esta mezcla los pepinos.
- Los tapamos con la otra mitad.
- Envolvemos cada pepino en papel de aluminio ligeramente aceitado y asamos al horno durante 15-20

minutos, dándoles la vuelta frecuentemente.

RECETA DE ENSALADA DE QUESO A LA MENTA

Ingredientes

- 1 lechuga cortada muy fina
- 1 pepino cortado en daditos
- 100 gr de aceitunas deshuesadas y partidas por la mitad
- 1 loncha gorda de mortadela cortada en taquitos
- 200 gr de queso semiseco cortado en dados
- Hojas de menta troceadas
- Aceite de oliva
- Zumo de limón
- Sal

PREPARACIÓN

- Los ingredientes son para 4 personas
- Cogemos un bol y ponemos allí la menta, dos cucharadas de aceite, sal y bastante zumo de limón.
- Batimos bien y reservamos.
- Colocamos el resto de los ingredientes en una ensaladera y una vez mezclados volcamos sobre ellos la salsa que teníamos reservada.
- Removemos de nuevo para que la salsa llegue a toda la ensalada y metemos en la nevera unos minutos antes de consumirla.

RECETA DE CACIK (bebida fría de pepino y yogur)

Ingredientes

- Un yogur tipo griego sin azúcar por comensal
- Pepino
- Ajo, medio diente por comensal
- Sal
- Pimienta para moler (mejor tipo mezcla depimientas)
- Hierbabuena fresca
- Jengibre rallado
- Agua helada

PREPARACIÓN

lavar los pepinos, pelarlos y trocearlos junto con el ajo, en el vaso de la batidora.

Añadir un yogur

por comensal, las especias y la hierbabuena.

Batirlo

añadiendo agua helada hasta lograr la textura deseada, más cremoso o más ligero.

RECETA DE GAZPACHO CON FRESAS

Ingredientes

- 1 pepino largo (de ensalada)troceado
- 1 pimiento rojo troceado
- 1 pimiento verde troceado
- 500 g de fresas troceados

- 1 panecillo del dia anterior
- 2 dientes de ajo picado
- 100 ml aceite de oliva extra virgen
- 100 ml de vino tinto
- 50 ml vinagre de vino o balsamico
- Sal y pimienta
- Un poco azúcar
- Un poco pimienta blanca
- 5 hojas de menta

PREPARACIÓN

Batir todos los ingredientes (menos la menta)y dejarlo enfriarsé en la nevera.

Para servir echar encima las hojas de menta y unas gotas de aceite.

=====

Re: ¡COME PEPINO ESPAÑOL!

Publicado por hugoelmensajero - 05 Jun 2011 11:19

Fatastico, yo hoy me he preparado un gazpachito (eso si, sin fresas) pero con pepinos andaluces k no se diga luego

=====