



Amanida mixta amb tonyina (textura C)

Ingredients per a 10 racions

Enciam	300-400g
Espinac fresc	200g
Cogombre	300g
Aigua	100cc
Suc de llimona natural	50cc
Oli d'oliva verge extra	100c
Tomàquet madur	800g
Tonyina en conserva	300g
Espeidor goma xantana	55g

Elaboració

- 1 Tritureu durant 3-4 minuts l'enciam, els espinacs i el cogombre juntament amb la meitat de l'aigua, del suc de llimona i de l'oli. A continuació, coleu-lo per eliminar les restes de pell i llavors.
- 2 Afegir 20-25g d'espeidor i lligar amb una vareta. Reserveu-ho.
- 3 Tritureu el tomàquet juntament amb l'altra meitat del suc de llimona. Colar i afegir 5 cullerades d'espeidor. Lligar també amb una vareta i reservar.
- 4 Finalment, tritureu la tonyina amb un raig d'oli i l'altra meitat de l'aigua. Hi afegim 5g d'espeidor i ho reservem durant 5 minuts.
- 5 Un cop tenim tots els ingredients reservats per separat, emplatem.

Observacions

Una manera fàcil d'emplatar les 10 racions d'amanida és col·locar els plats lleugerament inclinats amb l'ajuda d'algun suport, de manera que quan s'incorporen els ingredients no es barregin. És una manera fàcil de no distingir els ingredients i millorar la qualitat organolèptica.

S'aconsella barrejar els ingredients abans de consumir-los.

Aquesta preparació es presenta triturada tant per a la textura E com la textura C.

Recordeu que una forma fàcil de comprovar que la textura és adequada, és clavant una cullera de plàstic petita que s'ha de mantenir dreta.