

Ensalada de boquerones, alcaparras y aceitunas

por Sevillanita



Información

Dificultad: Fácil

Comensales: 4

Precio: Baja

Tipo de plato: Ensaladas

Ingrediente principal: Verduras

Temporada: Todo el año

Técnica: Otros

País: España

Ingredientes

400 g de boquerones frescos
1 bolsa de lechuga variada
2 cucharadas de alcaparras
2 cucharadas de aceitunas
1 vaso de vinagre
1 vaso de aceite
½ limón
Aceite
Sal

Preparación

- Limpiar los boquerones, quitar la cabeza y la espina central. Cubrirlos con vinagre y dejamos macerar 3 horas.
- Escurrir los boquerones, mezclar el aceite con un poquito de ajo y perejil, rodar los boquerones y reservaren la nevera.
- Picar las alcaparras y exprimir el zumo de limón. Mezclar con 4 cucharadas de aceite y sal.
- Lavar las lechugas, poner en una ensaladera, presentar los boquerones enrollados encima y las aceitunas. Aliñar con vinagreta de alcaparras y servir.

<http://www.recetasyvinos.com/receta/841133/ensalada-de-boquerones-alcaparras-y-aceitunas/>