

Ensalada de otoño con grumo y achicorias

Para 4 personas

Ingredientes

5 o 6 hojas de grumo (=repollo)
1 diente de ajo finamente picado
1 achicoria "pan de azúcar"
1 achicoria roja
1/2 bulbo de hinojo o uno pequeño

Ingredientes vinagreta:

Aceite de oliva virgen, zumo de 1 limón, levadura de cerveza, 1 o 2 cucharaditas de mermelada de tomate o de fruta y sal al gusto

Preparación

1. Lavamos las hojas del grumo y de las achicorias y escurrimos.
2. Si el grumo es tierno, podemos cortar las hojas en trozos medianos como si fuera lechuga. Sino, podemos picarlo fino en juliana.
3. Cortamos también las achicorias al gusto y las mezclamos con el grumo.
4. Añadimos el diente de ajo y el hinojo picadito fino.
5. Preparamos una "vinagreta" sin vinagre; lo sustituiremos por zumo de 1 limón. Añadimos sal y un par de cucharadas de mermelada de tomate, pero quedaría bien también de cualquier fruta.
6. A darle a la ensalada!

Notas:

Si preparamos la vinagreta con mermelada de fruta podemos añadir a la ensalada fruta en trocitos pequeños también, 1 manzana o 1 pera por ejemplo, resulta muy bien con las achicorias.

El amargo de las achicorias contrasta muy bien con el dulce de la mermelada.

Casi siempre que preparamos una ensalada con hinojo preparamos una vinagreta con limón.