

## **Castañas, alcachofas y piñones en ensalada templada...**

Hoy vamos a hacer algo otoñal y muy sencillo:  
Usaremos castañas de 2 maneras: crudas en l-minas y en puré.  
Alcachofas en gajitos, simplemente salteadas.  
Una vinagreta con piñones tostados y unas hojitas de rucula...

### **¿Qué?**

- 2 docenas de castañas
- 10 alcachofas
- 50 grs de piñones tostados
- Aceite de girasol
- Vinagre de manzana
- Sal, oporto y pimienta
- Brotes de rucula

### **¿Cómo?**

Pelamos las castañas, quitándoles en la medida de lo posible la piel marrón del interior. La mitad de ellas las pondremos a cocer en un cazo con agua (justo cubrir) y un chorrito de oporto. Cuando se ablanden (15 minutos) las trituramos con la turmix, añadiendo algo de líquido si fuera necesario. Poner a punto de sal y pimienta.

Mientras hacemos las alcachofas: retiramos las hojas exteriores, tornearemos el corazón con una puntilla afilada y lo cortamos en 6 gajos. Los conservamos en agua con limón para que no se oscurezcan.

Ahora preparamos la vinagreta: simplemente mezclamos 1 parte de piñones, con una parte de vinagre y 3 de aceite de girasol. Mezclar bien pero intentando que los piñones queden enteros.

Ahora solo nos queda terminar el plato: en una sartén bien caliente con un poco de aceite salteamos las alcachofas.

Por otro lado cortaremos las castañas crudas en finas láminas.

Emplataremos así: en la base del plato ponemos una cucharada de puré de castañas, en círculo a modo de cama, por encima unas láminas de castaña cruda, y por encima los gajitos de alcachofa recién salteados. Terminamos con una cucharada de vinagreta de piñones y unas hojitas de rucula... y listo!