

Acelgas gratinadas con queso y frutos secos

Ingredientes (4 pax.):

1 kg. Acelgas
25 gr. Almendras troceadas
25 gr. Piñones
25 gr. Anacardos
100 gr. Queso
120 gr. Jamón
100gr. Cebolla
2 Dientes de ajo
Aceite oliva virgen
Agua
Sal

Para la bechamel:

125 ml. Leche
50 gr. Harina
50 gr. Mantequilla.
Sal
Pimienta
Nuez moscada

Elaboración:

Lavamos muy bien las acelgas. Separamos las hojas de las pencas (tallo), pelando éstas últimas para eliminar las fibras que lo recorren. Cortamos las pencas finalmente en tiras y cocemos durante unos 3 min. aproximadamente. Escaldaremos las hojas y reservamos.

Picamos muy bien el ajo y disponemos en una sartén con aceite a fuego medio. Una vez fondeado el ajo, incorporamos la cebolla en brunoise y cuando esté bien rehogado, incorporamos el jamón picado y las acelgas posteriormente.

La bechamel: en una cazuela, pondremos la mantequilla a derretir. Una vez se haya derretido vamos añadiendo la harina poco a poco y movemos bien con la varilla para que no se creen grumos, y finalmente incorporamos la leche, sin dejar de mover. Pondremos a punto de sal, pimienta y una pizca de nuez moscada.

Finalmente, ponemos en una fuente refractaria las acelgas bien extendidas. Napamos bien con la bechamel y echamos por encima los frutos secos y el queso rallado. Metemos al horno 180º durante unos 10 min. y servimos.

Autor: Leo Zurbano