

Aprende a preparar ensalada César casera

La ensalada César tiene varias versiones y muchas de estas tienen o no dejan de tener ciertos ingredientes. La verdad es que no importa si llega lechuga o si quitas las tocinetas, lo que importa es que puedas hacerla en casa y disfrutarla como desees.

Así que a continuación te enseñaremos cómo puedes preparar una deliciosa ensalada César casera.

Ingredientes

- 2 lechugas romanas
- 150ml de aceite de oliva
- 1 huevo
- 200g de queso parmesano
- jugo de 1/2 limón
- 40g de anchoas en conserva
- 1 cucharadita de mostaza
- 1 diente de ajo
- 100g de pan tostado cortado en cubos
- 1 cucharadita de salsa inglesa
- 2 pechugas de pollo
- tomates cherrys (opcional)
- rúcula (opcional)
- Sal y pimienta

Preparación

La salsa César es lo primero que debemos preparar. En un vaso de batidora ponemos el huevo, los 200ml de aceite de oliva, y el jugo del limón. Comenzamos a batir y pasados 10 segundos, levantamos un poquito la batidora, sin parar de batir. Dejamos 5 segundos más y ya podemos subir y bajar continuamente la batidora, siempre sin parar de batir.

Ya tendremos nuestra mayonesa hecha, la base de la salsa César. Ten en cuenta que debe quedar algo líquida.

Para obtener nuestra salsa añadimos a la mayonesa que acabamos de preparar, un diente de ajo, el jugo del limón, las anchoas, escurridas de su aceite, la mostaza, la salsa , y unos 50g del queso parmesano. Volvemos a batir todo. Con estos ingredientes tan sólidos, conseguiremos una salsa con más cuerpo. Si te queda muy densa, puedes añadir un pequeño chorrito de leche y remover,

hasta que quede una salsa no tan pesada.

Una vez preparada la salsa, seguimos con la elaboración de nuestra ensalada César. Salpimentamos y cortamos las pechugas de pollo en cubos de tamaño de bocado. Las ponemos en una sartén, con un chorrito de aceite y a fuego fuerte, y las cocinamos unos minutos.

Mientras se cocina el pollo, en el fondo de una ensaladera, ponemos un par de cucharadas de la salsa que acabamos de elaborar. sobre ella, colocamos la lechuga cortada en trozos, los tomates cherrys y la rúcula (son opcionales ya que no es típica).

Añadimos los cubos de pan, el resto del queso parmesano, cortado en lascas finas y finalmente, el pollo, cuando esté totalmente cocinado. Terminamos aderezando nuestra ensalada con más salsa césar. Sírvelo inmediatamente, porque el calor del pollo, le va a dar un toque de ensalada templada muy interesante.

Con información de [Cocina Casera](#)