

Castilla y León

Tiempo



30'

Raciones



4

Alérgenos

 Frutos
secos

Este plato vegano es típico de la provincia de Segovia en Castilla y León, por eso se le suele llamar Lombarda a la Segoviana

Lombarda con manzana, piñones y nueces

Ingredientes

½ col lombarda

2 dientes de ajo

Aceite de oliva virgen extra

Sal

50 g de uvas pasas

100 ml de vino blanco

1 cucharadita de postre de

pimentón dulce en polvo

50 g de piñones y nueces peladas

2 manzanas

Zumo de 1 limón

! En la receta tradicional sólo se utilizan los piñones, pero queda muy bien con otros frutos secos de los cuáles se disponga.

Elaboración

1. Poner las uvas pasas en remojo con el vino mientras se procede con los demás pasos.
2. Tostar ligeramente en una sartén sin aceite, los piñones y las nueces peladas y troceadas. Reservar.
3. Cortar las manzanas en bastoncillos y reservar en zumo de limón para que no se oxiden.
4. Cortar la lombarda en juliana y picar el diente de ajo. Escaldar las tiras de col con agua y sal, escurrir y reservar el caldo morado para otras elaboraciones.
5. Saltear en una sartén profunda la lombarda escaldada y escurrida con dos cucharadas soperas de aceite, una pizca de sal y el ajo picado.
6. Añadir las uvas pasas remojadas en vino blanco, otra pizca de sal y el pimentón dulce. Saltear un par de minutos.
7. En una ensaladera mezclar la lombarda con la manzana (reservar un poco de manzana para el acabado de los platos), los piñones y las nueces. Servir aliñado con aceite de oliva virgen extra.

! En otras versiones no veganas se incluye tocino o panceta y otros ingredientes como el comino molido, canela y pan tostado majado con los ajos.