

Ensalada d'espínacs amb poma i pernil

Ingredients

una bossa d'espínacs frescos nets i tallats

una poma

Sis tallades fines de pernil curat

Mostassa de Dijon fina

Suc d'una llimona

Vinagre

Mel

Oli d'oliva

Escalfeu el forn a 190 graus, poseu les tallades de pernil en un tros de paper d'alumini i deixeu-les dintre del forn uns 10 minuts. Traieu-les fora i, mentre es refreden, poseu els espínacs al mig del plat, com a base. Tal·leu la poma per la meitat i retireu-ne la part dels pinyols i els extrems superior i inferior. Deixeu mitja poma amb pell i mitja sense. La que té la pell, tal·leu-la en làmines fines i deixeu-les una estona dintre d'un bol amb aigua i el suc de la llimona, perquè no s'oxiden.

Feu la vinagreta amb la mitja poma pelada, un raig d'oli, una mica de vinagre, una culleradeta de mostassa de Dijon i un raig de mel, tot plegat ben triturat amb la minipímer.

Munteu el plat acuradament alternant els trossos de pernil i les làmines de poma sobre el fons d'espínacs. Distribuiu la vinagreta per damunt.



És adaptació d'un plat de Vangelis Driskas, que hi emprava també escalunya, un bulb intermedi entre l'all i la ceba. Com que no en puc menjar, ho obvie. Amb aquesta recepta vaig descobrir el plaer dels espínacs frescos crus, tan delicats i saborosos, molt més que les lletuques i les escaroles. Va molt bé, per exemple, al mig de la taula per acompanyar un plat de peix.