

[Projectes](#)

## **Projectes: Amanida verda variada**

Enviada per racuna el 16/Mai/2022 - 06:38

S'apropa l'estiu... Comença a fer calor... I això vol dir que ara comencen a venir més de gust menjar plats senzills i fresquets que no pas plats de cullera i cocció. Per això, la setmana passada vam decidir fer unes amanides variades ben fresques.

Els ingredients que vam fer servir van ser escarola i enciam de full de roure, com a element base, i després els vam combinar amb tonyina, tomàquets cherry, blat de moro dolç, formatge feta, pebrot, vermell, cogombre, palets de cranc, ceba i pastanaga.

Vam començar netejant l'escarola i l'enciam. El vam tallar i el vam deixar en remull. Mentrestant, ens vam repartir la feina com a bons companys i mentre uns rentaven les hortalisses i les anaven tallant, els altres vam trinxar la tonyina i el blat de moro, i vam tallar el formatge feta en daus. Cada ingredient va ser treballat de forma individual i es va posar en un plat.

Quan tot els ingredients van estar preparats, vam escórrer l'escarola i l'enciam i els vam posar en dues safates ben grans. Un cop vam disposar cada ingredient en un plat o safata, cadascú va agafar el seu plat i es va fer una amanida totalment personalitzada al seu gust. Vam seure a taula i vam poder gaudir d'una bona amanida verda. El que va sobrar va ser repartit en tappers per a seguir-ne gaudint a casa!!

Héctor Murillo, 2SB