



## ENSALADA DE MEDALLONES DE CIGALAS CON ARËNKHA MSC

*Tiempo de preparación* : 30 minutos

*Dificultad* : Media

*Ingredientes (para cuatro personas)*: 1 lechuga hoja de roble o lollo rojo, una escarola pequeña, 1/2 kilo de cigalas, 1 granada, 6 cucharadas de aceite de oliva virgen extra, 2 cucharadas de vinagre de sidra, 2 cebolletas picadas muy finas, 1 huevo duro, eneldo, sal pimienta y una cucharada de coñac, 1 lata de 145 g. de Arënkha MSC.

*Elaboración*: Poner las cigalas en una cacerola con agua hirviendo y sal, retirar del fuego cuando vuelva a hervir. Dejarlo reposar 8 minutos y dejarlas escurriendo. Se sacan y se dejan escurriendo. En la vinagreta (que previamente se prepara el día anterior majando en el mortero la cebolleta picada con el huevo, el eneldo, la sal una pizca de pimienta y añadiendo poco a poco el aceite y después el vinagre y el coñac) macerar los medallones de cigala (cortar las colas en rodajas de 2 centímetros) en sitio fresco durante al menos 3 horas. En una fuente colocar alternas las hojas de lechuga y escarola con los granos de la granada por encima y los medallones con su vinagreta a la cual hay que mezclarle Arënkha MSC.





## AGUACATE CON ARËNKHA MSC Y GAMBAS

*Tiempo de preparación:* 15 minutos

*Dificultad:* Fácil

*Ingredientes para cuatro personas:* 4 aguacates, 250g. de gambas, dos cucharadas de zumo, 2 huevos duros, 1 lata de 145 g. de Arënkha MSC, 2 tiras de cebollino, una cucharadita de mostaza de Dijón, aceite de oliva virgen extra, sal, pimienta, un limón para decorar.

*Elaboración:*

Cocer las gambas un minuto en agua hirviendo con sal. Retirar del fuego y dejar reposar 10 minutos más. Vaciar los aguacates y machacar la pulpa con un tenedor. Mezclar con el cebollino finamente picado y uno de los huevos cortado en daditos. En un mortero hacer la vinagreta majando el otro huevo con la sal, el zumo de limón y la pimienta negra molida añadiendo poco a poco el aceite de oliva. Servir con rodajas de limón y Arënkha MSC por encima.





---

## CREMA DE PATATA CON ARËNKHA MSC

*Tiempo de preparación:* 20 minutos

*Dificultad:* Fácil

*Ingredientes para cuatro personas:* 2 patatas medianas, 2 decilitros de nata líquida, 4 decilitros de consomé, 200g. de jamón ibérico, ½ lata de 145 g. de Arënkha MSC, aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta negra.

*Elaboración:*

Pelar y cortar las patatas en cuadraditos. En un cazo poner a pochar la cebolla con un chorrito de aceite, añadir las patatas, saltear y enseguida echar el consomé. Salpimentar. Cuando las patatas estén hechas (unos 15 minutos según el tipo de patatas) pasar por la batidora y tamizar añadiendo la nata. Reservar. En una sartén muy caliente dorar el jamón en tiras con un poco de aceite. Servir la crema con las tiras de crujiente y Arënkha MSC por encima.

