

Mariano

SANDOVAL

Coliflor capeada en caldillo de jitomate

Porciones: 4

Ingredientes:

1 pza	Coliflor, en ramilletes
250 g	Queso canasto, en cubos
3 pzas	Claras de huevo
3 pzas	Yemas
½ tza	Harina de trigo

Para el caldillo:

3 pzas	Jitomate guaje
¼ pza	Cebolla
1 pza	Diente de ajo
1 cda	Perejil, finamente picado
2 tzas	Caldo de pollo

c/s	Sal y pimienta
c/s	Aceite

Procedimiento:

1. **Para la coliflor**, en una olla con agua hirviendo colocar coliflor y cocinar hasta cocer. Una vez cocida, colar.
2. Batir claras a punto de turrón. Incorporar yemas de forma envolvente.
3. Colocar cuidadosamente un trozo de queso entre cada ramillete. Pasar por harina y capear con el huevo batido. Freír en aceite caliente, hasta dorar.
4. **Para el caldillo**, en una olla con agua cocer jitomate, ajo y cebolla. Licuar con caldo de pollo. Sofreír con aceite caliente, sazonar y añadir perejil. Cocinar a fuego medio unos minutos. Agregar coliflor capeada, cocinar unos minutos más.
5. **Para el montaje**, servir coliflor bañada con caldillo y, si lo desea, acompañar con arroz y tortillas de maíz.