

Salada de Pêra Grelhada e Rúcula (com queijo da ilha)

Chefe Henrique Sá Pessoa

INGREDIENTES

200g Rúcula Selvagem
2 Pêra Rocha
150g Alface Ibérica
1 molho Tomilho
1 Abacate
1 pedaço Queijo da Ilha
a gosto Nozes
a gosto Vinagre Balsâmico
a gosto Alho
a gosto Flor de Sal Rui Simeão
a gosto Pimenta Preta
[a gosto Azeite Truncado](#)



PREPARAÇÃO

Corte as pêras em fatias (com casca) e coloque numa taça. Tempere com azeite, flor de sal, pimenta e leve à grelha, previamente aquecida. Deixe grelhar cerca de 2 minutos de cada lado.

Noutra taça, junte a alface ibérica com a rúcula e o abacate previamente cortado em pedaços. Junte as nozes ligeiramente picadas.

Para o vinagrete:

junte umas folhas de tomilho, azeite e vinagre balsâmico, flor de sal e pimenta. Misture bem e tempere a salada com o vinagrete.

Emprate a pêra, coloque a salada por cima. Decore com nozes partidas e umas gotas de vinagrete.



Alberto Ramos Moreira

935 626 736

a.t.moreira.email@sapo.pt