SALADA DE POTE · VEGANO

Salada de Pote Vegana de Grão-de-Bico com Molho de Mostarda e Açafrão

Uma salada para montar, tampar e levar.



Chef Cássio Prados
instagram.com/cassio.prados



1 pote, do tamanho que você tiver

Grão de molho de 24 a 48 h · **Na geladeira até 3 dias**

INGREDIENTES

CAMADAS, DE BAIXO PARA CIMA (o pote é o que você tiver; vale a proporção)

Molho de Mostarda e Açafrão: cerca de ¼ do pote (receita logo abaixo)

Grão-de-Bico PQ cozido firme: cerca de ⅓ do pote, temperado com um pouquinho de azeite extravirgem e pouco sal

12 a 15	tomates-cereja inteiros, com um pouquinho de azeite, um mínimo de sal e **Salsa Desidratada PQ** a gosto

Folhas rasgadas com a mão (alface romana, alface roxa e rúcula): a metade de cima do pote

Semente de Gergelim Clara PQ e **Semente de Gergelim Escura PQ**, tostadas, a gosto

MOLHO DE MOSTARDA E AÇAFRÃO (rende cerca de 120 ml)

4 c. (sopa)	azeite extravirgem
2 c. (sopa)	suco de limão
2 c. (sopa)	mostarda amarela pronta (vegana ou de sua preferência)

Cúrcuma Açafrão-da-terra PQ a gosto (comece com uma pitada e prove)

Sal a gosto (a mostarda já traz sal)

MODO DE PREPARO

1. **Molho**
   Bata o azeite, o limão e a mostarda com o fouet até emulsionar. Junte a cúrcuma, prove e só então acerte o sal.

2. **Grão**
   Deixe o grão de molho de 24 a 48 horas. Cozinhe na panela de pressão por cerca de 10 a 15 minutos depois de pegar pressão, ou na panela comum por cerca de 30 a 40 minutos. O ponto é macio por fora e ainda firme no centro, para manter a textura no pote. Tempere com um pouquinho de azeite e pouco sal.

3. **Gergelim**
   Toste o gergelim claro e o escuro numa frigideira, sem gordura, mexendo até o claro escurecer de leve e soltar aroma. Reserve.

4. **Tomates**
   Regue os tomates inteiros com um pouquinho de azeite, polvilhe a salsa e um mínimo de sal. Não corte: cortado, o tomate solta água no pote.

5. **Montagem**
   No pote, de baixo para cima: molho, grão-de-bico, tomates, folhas rasgadas com a mão (dê uma apertadinha) e o gergelim por cima. Tampe e leve à geladeira.

6. **Para servir**
   Coma no pote ou vire sobre um prato, segure um instante para o molho descer e solte devagar.

CONSERVAÇÃO

Pote bem fechado, na geladeira, por até 3 dias. Uma folha de papel toalha dobrada sobre as folhas absorve a umidade e mantém tudo crocante.

PRODUTOS PQ DESTA RECEITA

Grão-de-Bico PQ · Salsa Desidratada PQ · Semente de Gergelim Clara PQ · Semente de Gergelim Escura PQ · Cúrcuma Açafrão-da-terra PQ