

## Acelgas con toque de mejillones

### Descripción

Esta receta es de «cosecha propia». La verdad es que me aburre un poco cocinar las verduras siempre de la misma manera, por eso de vez en cuando intento hacer algo distinto. Bien mezclándolas con pescado, bien con marisco!

### Ingredientes:

- \* 500 gr de mejillones.
- \* 700 gr de acelgas.
- \* 1/4 de cebolleta pequeña.
- \* 1 diente de ajo mediano.
- \* 2 patatas medianas.
- \* 4 cucharadas soperas colmadas de salsa de tomate natural, comprada o casera, como os guste.
- \* 1 guindilla cayena pequeña.
- \* 1 hoja de laurel.
- \* Aceite de oliva, sal, vino blanco, perejil.



### Preparación:

Para los mejillones.

Lavamos, limpiamos los mejillones y los vamos colocando en una olla. Añadimos el laurel y un chorro generoso de vino blanco. Ponemos a fuego fuerte y tapamos con el fin de que se abran.

Una vez abiertos, les quitamos las valvas y reservamos. Colamos también el líquido de cocerlos y reservamos.





Ponemos al fuego una olla baja y ancha, vertemos un chorro de aceite de oliva, cuando este caliente echamos el ajo y la cebolleta picaditos, la guindilla cayena partida por la mitad y dejamos que se dore todo. Una vez dorado, añadimos la salsa de tomate, removemos y echamos el líquido de cocer los mejillones (no importa la cantidad porque lo juntaremos con la verdura y las patatas), seguimos removiendo hasta que se integre todo e incorporamos los mejillones y el perejil, los dejamos un par de minutos, apagamos el fuego y reservamos.

default watermark

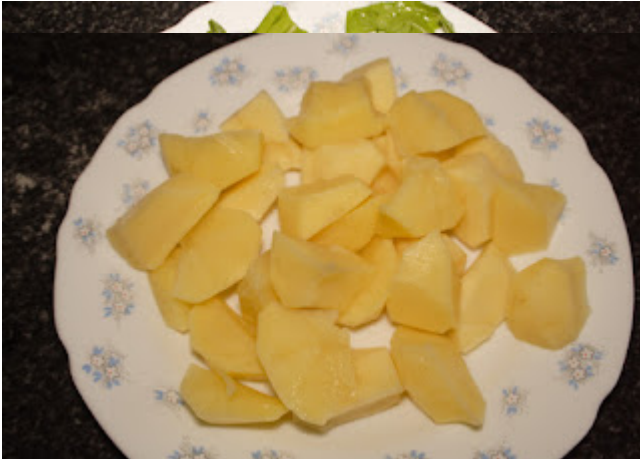




Para la verdura.

Lavamos bien las acelgas, las troceamos menudas, si el troncho es grueso, lo partimos en varios y reservamos. Pelamos y lavamos las patatas, las picamos cascandolas y reservamos.





En la  
olla  
rápida

ponemos agua, un poco de sal, **ojo con la sal porque el líquido de los mejillones ya tiene**, echamos la verdura y las patatas. Ponemos a cocer, cuando empiece a hervir dejaremos unos 10 minutos.

Cuando podamos abrir la olla, escurrimos todo y reservamos el líquido de cocción. Pasamos la verdura a la olla de los mejillones, mezclamos todo bien y dependiendo si os gusta mas o menos caldoso, añadiremos líquido de cocción de la verdura y rectificamos de sal si fuera necesario.



Y



¡¡listo!! ya tenemos un primer plato rico, rico y sano.

**Consejo:** Os digo siempre que el reposo es lo mejor para los guisos, pues bien en esta ocasión no, me gustan las patatas recién guisadas y no de un día para otro.

## Categoría

1. Verduras hortalizas y legumbres

**Fecha de creación**  
septiembre 19, 2015

**Autor**  
admin

*default watermark*