

Día 37: Sabores Intensos y Texturas



Desayuno

Revuelto de Setas con Crema Agria (R28, p. 75)

Saltea 200g de setas variadas (champiñones, shiitake) con mantequilla hasta dorar. Bate 3 huevos, añade y revuelve a fuego medio. Sirve con 2 cucharadas de crema agria y cebollino fresco picado.



Almuerzo

Gazpacho de Pepino y Menta (R38, p. 95) + **Chuletas de Cerdo con Coles de Bruselas** (R18, p. 55)

Gazpacho: Licúa 2 pepinos, 1 aguacate, menta fresca, aceite de oliva y limón.
Chuletas: Marca las chuletas 4 min por lado. Saltea coles de Bruselas cortadas hasta caramelizar.



Cena

Solomillo de Cerdo con Mostaza y Estragón (R33, p. 85)

Marina el solomillo con mostaza Dijon, estragón fresco y aceite de oliva durante 30 minutos. Hornea a 180°C por 25 minutos. Acompaña con espárragos verdes asados con ajo y limón.