

Amanida de patata (textura modificada)



Ingredients (per a 1 ració)

- 100 g de patata
- 25 g de pastanaga
- 30 g de pebrot escalivat
- 10 g d'olives farcides (restringiu-les en cas d'hipertensió o retenció de líquids)
- 1 filet d'anxova net (restringiu-la en cas d'hipertensió o retenció de líquids)
- 1 c/p de maionesa light
- Pebre vermell dolç

Elaboració

1. Renteu l'anxova i les olives amb aigua freda. Escorreu-les i reserveu-les.
2. Peleu la patata i la pastanaga, i talleu-les a daus. Bulliu-les en un cassó fins que estiguin ben cuites. Escorreu-les i reserveu-les.
3. Una vegada s'hagin refredat, poseu-les en un recipient alt, afegiu-hi la maionesa i tritureu-les amb l'aigua de cocció fins que en quedi un puré homogeni.
4. Tritureu el pebrot, l'anxova i les olives.
5. Disposeu el triturat de patata i pastanaga a la base i amaniu-lo amb el triturat de pebrot, anxova i olives. Poseu-hi un pessic de pebre vermell dolç per sobre i serviu el plat.

Recomanacions

En cas de disfàgia greu i si el resultat no és uniforme, tamiseu els dos purés.