



¿Qué vas a servir durante las fiestas? Sigue estos consejos de "I Love Fruit & Veg from Europe".

Llena tus platos de fruta con esta deliciosa y ligera receta: tarta salada de queso y peras.

Madrid, 23 de diciembre de 2024 - Haz que tus comidas festivas sean sabrosas y saludables con "I Love Fruit & Veg from Europe", el programa internacional que promueve el consumo de frutas y verduras europeas, para una dieta más saludable y sostenible. Este proyecto cuenta con el apoyo de las organizaciones de productores Agritalia, A.O.A., La Deliziosa, Meridia y Terra Orti, y está cofinanciado por la Comisión Europea.

Además de los platos tradicionales, te sugerimos aperitivos, tartas, ensaladas y postres llenos de frutas y verduras. La fruta suele ser el broche final de una cena, pero también puede servirse como guarnición: aquí proponemos peras, aunque los cítricos también son una excelente opción para ensaladas. Las verduras pueden estar crudas, cocidas, fritas o al horno: llenarán la casa con los aromas de hinojo, brócoli, coliflor, escarola, calabaza y espinacas.

Prueba esta sorprendente tarta salada de queso y peras, que encantará a tus invitados.

Para ocho personas

Preparación: 20 minutos

Cocción: 35 minutos

Reposo: una hora

Ingredientes

Para la masa quebrada:

- 350 g de harina italiana tipo 1 (semiintegral)
- 100 g de vino blanco seco
- 100 g de aceite de oliva virgen extra
- Sal
- 1 ramita de romero fresco

Para el relleno:

- 5 peras Coscia medianas/pequeñas
- 200 g de queso azul fuerte, cortado en trozos
- Romero fresco



CO-FUNDED BY THE
EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE A WIDE
VARIETY OF AGRICULTURAL PRODUCTS.





Preparación:

Empieza preparando la masa quebrada. Coloca la harina, el vino blanco, el aceite de oliva virgen extra, una pizca de sal y las agujas de romero picadas en un bol. Amasa hasta obtener una masa lisa y firme. Envuélvela en film transparente y déjala reposar una hora en el frigorífico. Luego, extiende la masa hasta un grosor de aproximadamente 0,5 cm y colócala en un molde de tarta de 22 cm de diámetro, forrado con papel de horno. Pincha el fondo de la masa con un tenedor y reparte el queso. Reserva algunos trozos pequeños para más tarde.

Corta las peras en rodajas uniformes y colócalas sobre la tarta. Hornea a 200°C durante 35 minutos. Una vez cocida, deja reposar cinco minutos, y después esparce los cubos de queso restantes por encima. Se derretirán en la superficie, creando un efecto aún más atractivo. Sirve la tarta mientras todavía esté caliente, decorada con algunas agujas de romero.

¡Feliz Navidad y próspero Año Nuevo!

Para más recetas: www.ilovefruitandvegfromeurope.es

Síguenos en:

FB: <https://www.facebook.com/ILoveFruitandVegfromEuropeSpain/>

IG: <https://www.instagram.com/ilovefruitandvegfromeurope.es/>

YT: <https://www.youtube.com/@ilovefruitvegfromeuropespa2918>

Contacto para medios: press@mbconsultingsrl.com