

El brunch: una comida informal y satisfactoria para los días sin prisas

"El brunch es una comida abundante que se tiene en los días en que se está siendo flojo", musita Fadi Kattan, chef y co-fundador de akub en Londres y autor de "Bethlehem". Existe una informalidad en él, además de menos alboroto y estrés que al tener gente en la cena. "El brunch también puede ser una forma más económica de socializar", agrega Natasha Sayliss, fundadora de Mae + Harvey en el este de Londres. "¡Puedes salir de noche durante el día!"

En términos de alimentos, los huevos son esenciales para Kattan y Benjamina Ebuehi de Feast. "Si no hay acción de huevo, algo falta", dice Ebuehi, quien mantiene las cosas ligeras al servir los suyos con pan de maíz. "Eso va bien y es rápido de juntar: harina de maíz, huevos, líquido de su elección [leche o suero de leche], sal, un poco de azúcar y mantequilla marrón para dar una dimensión adicional". Come mientras está caliente, así que es "suave y esponjoso", y sírvelo con los huevos fritos, tal vez, y tocino, y una gota de miel caliente. Sayliss, por otro lado, comienza su fin de semana con huevos turcos. "Mezcla yogur y ajo, luego extiéndelo en un plato y coloca encima los huevos fritos." La verdadera estrella, sin embargo, es la mantequilla picante: "Fríe una carga de chiles rojos picados, agrega mantequilla y, una vez que se haya derretido, agrega miel y chile en polvo." Vierte eso, espolvorea con perejil, luego solo agrega tostadas.

Por supuesto, el brunch ofrece muchas posibilidades más allá de los huevos. "Hay mucho que se puede hacer con un buen vehículo panificado", señala Roberta Hall McCarron, chef y propietaria de Ardfern en Edimburgo. Si bien los crumpets y los muffins ingleses son competidores válidos, Hall McCarron se inclina hacia los panes planos de papa. Raspa la carne de papas horneadas, la pasa por un tamiz ("así tienes puré de papa seco"), mezcla con harina, levadura y agua, y lo deja reposar durante una hora. "Amasa la masa, divide en porciones de 90 g y da forma a las rondas; será húmedo, así que necesitas sémola en las manos." Ponlos en una sartén caliente y cocinalos en cada lado ("aproximadamente seis minutos en total"), luego dirige tu atención a las guarniciones. "Alegra el verano agregando tomates marinados en vinagre balsámico blanco, aceite de oliva y sal durante 30 minutos."

El brunch no tiene por qué ser solo un plato, sin embargo. "Puedes tener cursos", dice Ebuehi, algo que Kattan suscribe con todo su corazón. Encabezando su lista de verificación para el brunch perfecto está *ka'ek al-quds*, el "pan ovalado de Jerusalén con semillas de sésamo encima – está fantástico tibio". Agregue "hummus decadente" (AKA con piñones tostados, aceite de chile y garbanzos enteros), huevos cocidos en salsa de tomate con semillas de comino y eneldo, labneh con za'atar fresco y "un poco de aceite de oliva palestino de calidad", además de falafel recién hechos para mayor medida.

Kattan carga aún más la mesa con una variedad de encurtidos (pepinillos, nabos, coliflor, almendras). Si tiene tiempo y energía, entonces "pasaría a las cosas más serias", que podrían ser judías verdes o berenjenas salteadas en aceite de oliva y cocidas con tomates, ajo, sal, koftas con salsa de tahini o una ensalada de sandía picada con almendras tostadas, aceitunas negras, queso blanco (piense en feta) y mejorana. Y si hay espacio para algo dulce, tiene que ser rodajas de higos o fresas, aceite de oliva y una pizca de zumaque. "Eso es un gran brunch que durará horas", agrega Kattan. Y ¿quiénes somos para contradecirlo?

Muito elemento desta receita cheia de sol é essencial, e lhe dará a mordida final: alface crocante mosqueada o arroz moído torrado noz-docinhos tostados rabanete triturada picante... O único componente que eu sugeriria misturar acima da proteína. Se você não comer porco se sinta livre

para usar frango picado camarão cru ou mesmo um substituto vegetariano do hortelã/tofu
esports sorte vez disso – tudo funciona bem! Perfeito pra diversão verão ideal cerveja
Larb de porco com rabanetes limão
Prep

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: esports sorte

Palavras-chave: **esports sorte - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-18