

# Bagna cauda: hot pot italiano de anchoas

Tiempo total **40 Mins.** **30 Mins.** Tiempo de preparación **10 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)

**4.310 kJ / 1.030 Kcal**

Grasas: **65 g** Proteínas: **29 g**

Carbohidratos: **71 g**

## INGREDIENTES

**4 porciones**

|                   |                               |
|-------------------|-------------------------------|
| <b>200 g</b>      | de coliflor                   |
| <b>2</b>          | patatas                       |
| <b>80 g</b>       | de zanahoria                  |
| <b>1</b>          | nabo                          |
| <b>1</b>          | calabacín                     |
| <b>1</b>          | endibia belga                 |
| <b>1</b>          | pimiento                      |
| <b>8</b>          | tomates cherry                |
| <b>200 g</b>      | de salchichas                 |
| <b>1</b>          | baguette                      |
| <b>5</b>          | dientes de ajo                |
| <b>800 ml</b>     | de leche                      |
| <b>60 ml</b>      | de aceite de oliva            |
| <b>60 g</b>       | de filetes de anchoa          |
| <b>200 ml</b>     | de nata para montar           |
| <b>2</b>          | <u>Kikkoman Salsa de Soja</u> |
| <b>cucharadas</b> | <u>naturalmente</u>           |
|                   | <u>fermentada</u>             |

## PREPARACIÓN

### Pasos 1

**200 g** de coliflor - **2** patatas - **80 g** de zanahoria - **1** nabo - **1** calabacín - **1** endibia belga - **1** pimiento - **8** tomates cherry - **200 g** de salchichas - **1** baguette

Separe la coliflor en ramilletes de tamaño de bocado. Pele las patatas y córtelas en trozos de tamaño similar. Retire la piel de la zanahoria y córtela en tiras finas. Pele el nabo y divídalo en 8 gajos. Corte el calabacín en rodajas de 1 cm de grosor y separe las hojas de la endibia belga. Pique el pimiento en tiras largas y retire los pedúnculos de los tomates cherry. Trocee las salchichas en porciones de tamaño de un bocado. Por último, corte la baguette en rebanadas y tuéstelas hasta que estén doradas.

### Pasos 2

Cocine al vapor las patatas, la coliflor, el nabo y la zanahoria del paso 1 durante 15 minutos.

### Pasos 3

**5** dientes de ajo - **800 ml** de leche  
Ponga los dientes de ajo y 200 ml de leche en un cazo pequeño. Deje cocer a fuego lento durante unos 10 minutos, hasta que el ajo esté muy tierno. Cuele la preparación y reserve la leche para el caldo. Aparte el ajo cocido para utilizarlo más adelante.

### Pasos 4

**60 ml** de aceite de oliva - **60 g** de filetes de anchoa - **200 ml** de nata para montar - **2 cucharadas** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada

Prepare el caldo de bagna cauda:

Caliente el aceite de oliva en una cacerola grande. Añada los filetes de anchoa y el ajo del paso 3 y, mientras se cocinan, aplástelos hasta obtener una pasta homogénea. Incorpore la leche aromatizada con ajo del paso 3, el resto de la leche, la nata para montar y las salchichas del paso 1. Cocine a fuego suave hasta que las salchichas estén bien calientes y, seguidamente, añada la Kikkoman salsa de soja y remueva.

### **Pasos 5**

Coloque el caldo de bagna cauda en el centro de la mesa. Sumerja las verduras del paso 1 en el caldo y sírvalas acompañadas de la baguette tostada del paso 1.