

Multigrain Bruschetta with White Bean Spread and Swiss Chard (Bruschetta multigrano con alubias para untar y acelgas)



#### INGREDIENTES

- 1/3 taza de aceite de oliva extra virgen
- 3 dientes de ajo, cortado en rebanadas finas
- ½ cucharadita de copos de pimienta roja
- 1 cucharada de romero (o salvia), picado
- Una lata de 340 grs de alubias pequeñas, enjuagadas y drenadas.
- ¼ taza Caldo vegetal o agua
- Sal, según sea necesario
- Pimienta negra molida, según sea necesario
- 1 manojo de acelgas, sin tallos, cortadas en trozos grandes.
- Rebanadas de pan multigrano

#### INSTRUCCIONES

- Calienta una cucharada de aceite de oliva en una sartén y añade 2/3 de los dientes de ajo rebanados, las hojuelas de pimienta roja y el romero, y cocínalo suavemente hasta que esté aromático, menos de un minuto.
- Añade las alubias, echándolos en el aceite de oliva aromático durante un minuto más. Retirar la sartén del fuego.
- Añadir la mezcla de frijoles a un procesador de alimentos, agregando 2 cucharadas de aceite de oliva y el caldo vegetal. Hacer un puré hasta que esté suave, ajustando el condimento al gusto con sal y pimienta. Dejar a un lado y enfriar a temperatura ambiente.
- Poner a hervir 2 cuartos de agua con una pizca de sal y añadir la acelga. Cocer a fuego lento la acelga durante 1 o 2 minutos, hasta que esté marchita y tierna. Enjuague la acelga en agua fría y séquela con palmaditas.
- Calentar el resto del aceite de oliva en la sartén, añadir la acelga, el ajo restante y sal y pimienta al gusto. Saltee durante 2 o 3 minutos y déjelo a un lado.
- Tostar el pan en el horno o bajo la parrilla.
- Esparcir el puré de alubias sobre el pan tostado, cubrirlo con las verduras y servir.