

Libreta: Verduras

Creado: 26/03/2018 21:52

URLOrigen: <http://www.tranbel.com/ensalada-de-hojas-con-cusc%c3%bas%2c-langostinos-y-aguacate-a-la-vinagreta-de-sidra.html>

Ensalada de hojas con cuscús, langostinos y aguacate a la vinagreta de sidra

INGREDIENTES

100 gramos de cuscús precocido (sémola de trigo).

200 gramos de langostinos frescos pelados.

Unas hojas de lechugas variadas.

2 aguacates.

1 naranja.

50 gramos de tomatitos pequeños.

Unas ramitas de perejil.

8 cucharadas de aceite de oliva.

Pimienta.

Sal.

Para la vinagreta de sidra:

6 cucharadas de aceite de oliva virgen.

2 cucharadas de vinagre de sidra.

Sal.

PREPARACIÓN

Cubrimos la sémola con tres tazas de agua hirviendo. Movemos con un tenedor de palo, dejamos que se esponjen y reservamos en un lugar templado.

Cubrimos con aceite el fondo de una sartén y la ponemos al fuego. En su interior doramos ligeramente el diente de ajo. A continuación, se saltean con este aceite aromatizado los langostinos pelados.

Añadimos la sémola remojada y rehogamos unos minutos sobre el fuego. Comprobamos el punto de sal y servimos el plato con unos trocitos de aguacates, tomatitos y naranja pelada sobre un lecho de lechugas variadas aliñadas con vinagreta de vinagre de sidra.