



Receta

Ingredientes

- Una bolsa de Ensaladilla Trevijano
- 10 pepinillos pequeños
- 75 g de aceitunas rellenas de anchoa
- 150 g de atún en aceite bien escurrido
- 2 huevos cocidos
- 1 cucharada soperas de sal
- 4 cucharadas soperas de mayonesa
- Aros pequeños para decorar

Para adornar

- 2 cucharadas soperas de mayonesa
- 400 g de langostinos crudos pelados
- brotes de germinados



Ensaladilla

Preparación

1- Cocemos el contenido de la bolsa de ensaladilla en abundante agua hirviendo con sal durante 15 minutos. Escurrir bien y enfriar.

2- Picamos en trocitos pequeños las aceitunas, pepinillos, huevos cocidos y lo juntamos con la ensaladilla ya cocida y escurrida. Mezclamos con la mayonesa y rectificamos de sal.

3- Carpaccio de langostinos. Distribuimos los langostinos en un papel vegetal de horno y lo tapamos con otra lámina de papel. Aplastamos con un rodillo hasta que quede una fina lámina sin espacios sin cubrir. Congelamos. Sacamos del congelador y cortamos con el aro.

4- Emplatamos usando el mismo aro, compactando la ensaladilla con una cuchara. Quitamos el aro, cubrimos con el carpaccio y decoramos con los brotes de germinados.



+ tiempo de congelación de los langostinos para el carpaccio.

Información nutricional	ración 95g
Valor energético	723 kJ 173 kcal
Grasas (g)	8,2
de las cuales Saturadas (g)	1,4
Hidratos de carbono (g)	7,8
Fibra alimentaria (g)	2,5
Proteínas (g)	16
Sal (g)	1,3



Puedes personalizar la ensaladilla con otros ingredientes como maíz cocido o aguacate.