

CARPACCIO DE LANGOSTINOS QUÍNOA Y VINAGRETA TÍO MOFLETES.



INGREDIENTES 2 PAX

Para la salsa TIO MOFLETES

Zumo de limón	C/S
Jugo de cabezas	C/S
Miel tio mofletes	C/S
Vinagre	C/S
Pimienta	C/S
AOVE	C/S

Para la QUINOA

AOVE	C/S
Pimiento rojo	75 gr
Pimiento verde	75 gr
Zanahoria	75 gr
Cebolla	50 gr

Espárragos trigueros 4 Ud

Quinoa VidaSanía 300 gr

Para los langostinos

Langostinos	180 gr
Queso ideazabal	C/S

Preparación

Para la QUINOA

- Separamos las puntas de los espárragos.
- Cortamos en brunoise las verduras (cebolla, pimientos, zanahorias).
- Los tallos de los espárragos los pelamos y sacamos láminas con el pelador.
- Sofreímos las verduras y la quínoa, añadimos el caldo y cocemos.
- Dejamos reposar y reservamos.
- En otra olla ponemos agua para cocer las puntas de espárragos.
- El tallo de los espárragos los escaldaremos y enfriaremos.

Para la VINAGRETA

- En una sartén cocinamos las cabezas con las pieles de los langostinos, aplastamos bien para que suelten todo el jugo y colamos.
- Mezclamos todos los ingredientes y ponemos en un biberón.

Para los langostinos.

- Pelamos los langostinos.
- Reíamos las tripas y la parte negra, de manera que se queden completamente limpios.
- Colocamos 6 unidades entre dos papeles de horno y espalmamos con la ayuda de un cazo, dejando la mas fina posible la capa de langostinos y congelamos hasta el servicio.

PARA EL SERVICIO

vinagreta tío mofletes , queso ideazabal, quínoa y langostinos Y hojas para decorar.