

Receta de Espirales de Mar

10 Nov 2016



Buenos días a tod@s, para este jueves os propongo preparar esta rica receta de **Espirales de Mar**, en casa nos encanta comer así la pasta porque queda un plato exquisito y muy nutritivo, espero que os guste.

Ingredientes

- Espirales (400 grs)
- Gambas congeladas (una bolsa)
- Palitos de mar (un paquete)
- Anillas de calamar (ocho o diez)
- Ajos (cinco o seis dientes)
- Aceite de oliva
- Sal
- Orégano (opcional)

Modo de Preparación

1. Descongelar las gambas, los calamares y los palitos de cangrejo y partírlas en trocitos medianos
2. Cocer los espirales en agua hirviendo con un poco de sal, orégano y un chorrillo de aceite, pasar por agua fría, escurrir y reservar
3. En una sartén con un poco de aceite de oliva, refreír los ajos bien picaditos hasta que se doren sin quemarse
4. Añadir las gambas, los calamares y los palitos y remover unos minutos
5. Volcar los espirales y remover para que se mezclen los ingredientes
6. Servir calientes y si queréis poner un poco de mayonesa y.....buen provecho!!!