

Receta de Ensalada de Gambas y Mango

14 Ago 2019



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta rica ensalada a la que nadie puede resistirse, resulta muy atractiva y os servirá para alimentaros bien en cualquier ocasión y vuestros comensales quedarán encantados, espero que os guste esta **Ensalada de Gambas y Mango**.

Ingredientes

- Lechuga rizada (media o una, según comensales)
- Mango (medio o uno)
- Kiwi (medio o uno)
- Gambas (300 grs)
- Moras (50 0 100 grs)
- Tomates cherrys (seis o siete)
- Puntas de espárragos blancos (un bote)
- Garbanzos hervidos (medio tarro)
- Aceite de oliva, Sal y Pimienta
- Mayonesa
- Crema balsámica de módena

Modo de Preparación

1. Lavar bien las hojas de la lechuga, escurrirlas y secarlas con papel de cocina
2. Colocarlas sobre una fuente grande o ensaladera, sin cortar.
3. Abrir el bote de garbanzos, lavarlos y escurrirlos bien, colocarlos sobre las hojas de lechuga
4. Partir la mitad del mango y pelarlo, cortarlo en gajos y los esparcirlos alrededor de la ensaladera
5. Abrir el bote de espárragos, escurrirlos y hacer lo mismo que con el mango
6. Lavar y secar los tomates, cortarlos en gajos y los esparcir sobre la ensalada, dejando el centro libre
7. Cocer las gambas en agua y sal durante 10 minutos hasta que estén rosadas, escurrirlas bien y pelarlas, colocarlas en el centro de la ensalada
8. Lavar algunas moras, y distribuir las por la ensalada
9. Cortar un kiwi en forma de corona, pelarlo y colocarlo en el centro
10. Rociar la ensalada con aceite de oliva, salpimentar al gusto y añadir un poco de mayonesa y un poco de crema balsámica
11. Servir fresquita y....buen provecho!!!