



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE003420 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 16 Set 2020 alle ore 09:13

da RITA DEL CASTILLO

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate

Come ti senti gustando la tua ricetta? Leggero

Insalata esotica

Insalata di calamari, gamberi mazzancolle agli agrumi siciliani con crema di avocado e pepe rosa.

Tempo di preparazione: 1 ore

Ingredienti per 4 persone

1 kg Calamaro
500 g Gamberi mazzancolle
1 Avocado di media maturazione
2 Arance di Sicilia
2 Limoni
Uno con buccia gialla ed uno con buccia verde
q.b. Pepe rosa
1 Spicchio di aglio
2 Foglie di alloro
q.b. Sale
q.b. Pepe
q.b. Olio extravergine di oliva

Preparazione

Cottura di gamberi e calamari: in due casseruole mettere in ebollizione abbondante acqua salata, 1 foglia di alloro e una fetta di limone con la buccia, raggiunto il bollore aggiungere i gamberi privi di carapace (solo le code) in una casseruola e i calamari (puliti e tagliati ad anelli e i tentacoli tagliati in 4 pezzi) nell'altra. Cuocere quanto basta, scolare e raffreddare.

Crema di avocado: sbucciare l'avocado e privarlo del seme centrale, tagliare in 4 pezzi e ricavarne la polpa.

Una parte tagliare a fettine. Le restanti parti aiutandovi con un mix a immersione preparare una crema liscia e omogenea con 1 pezzetto di aglio, olio, sale e pepe e il succo di 1 limone.

Profumi di agrumi: pulire le arance e i limoni, con il pelapatate ricavare la buccia e tagliare a julienne, gli scarti tagliarli a pezzetti piccolissimi a coltello.

Dai frutti ricavare il succo.

Assemblaggio dell'insalata: in una ciotola abbastanza capiente mettere insieme calamari e gamberi, i pezzetti di avocado, pepe rosa a grani, olio, sale e pepe, succo e bucce degli agrumi e mescolare delicatamente.

Assemblare il piatto: in un piatto piano di forma rotonda aiutandosi con un pennello strisciare con la crema di avocado il piatto,

posizionare gli anelli di calamaro e i gamberi, e con i tentacoli, le scorze a julienne e i pezzetti di avocado a vista.

Buon appetito?