

Lista de ingredientes para la receta Fosforera

Ingredientes

- Cebolla 1 Unidad
- Aceite De Oliva 2 cdas.
- Ajo picado 1 cdita.
- Cebollin picado 1 cda.
- Jengibre Picado 1 cdita.
- Ají dulce picado 1 Unidad
- Alcaparras 1 cda.
- Zanahoria 1 Unidad
- Ají picante 1/2 Unidad
- Jugo de tomate 2 Taza

Caldo de cabeza de camarones

- Cebolla 1 Unidad
- Aceite De Oliva 2 cdas.
- Agua 1 Taza
- Cebollin picado 2 cda.
- Jengibre Picado 1 cdita.
- Vino Blanco 1 Taza
- Cabezas de camarones 15 Unidades

Pulpo

- Pulpo 1 Unidad
- Cebolla 1 Unidad
- Laurel 2 Hojas
- Clavo De Olor 2 Unidades
- Cebollin picado 1 cda.
- Malojillo (Lemon grass) 1 vara
- Perejil liso 1 Taza
- Calamar 1 Unidad

Salteado de bivalvos

- Mejillones 10 Unidades
- Sal A gusto
- Camarones 15 Unidades
- Aceite De Oliva 2 cdas.
- Jugo de Limón 1/4 Taza
- Vieiras 200 g
- Ajo 2 Dientes
- Tentáculos de calamar 1 Unidades
- Perejil picado 1 cda.