

Ensalada de calamar; Panqueque de cítricos y maracuyá

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Para la ensalada de calamar

Lima: 1 Unidad

Tomates cherrys amarillos: 100 grs.

Chile: 1/2 Unidad

Mango: 1/2 Unidad

Cebolla Morada: 1 Unidad

Palta: 1 Unidad

Calamares: 2 Unidades

Flores comestibles:

Chipirones: 8 Unidades

Hojas de Perejil:

Tomates cherrys rojos: 100 grs.

Para la masa

Limon: 1 Unidad

Lima: 1 Unidad

Maracuyá: 1 Unidad

Huevos: 2 Unidades

Mandarina: 1 Unidad

Stevia: 3 cdas.

Leche Condensada: 100 cc

Harina: 2 cdas.

Preparación de la Receta

Para la ensalada de calamar

- Cortar los calamares en aros finos y *blanquear* en agua hirviendo.
- *Dorar* los chipirones en una sartén con aceite de oliva, agregar *jugo* de lima.
- Mezclar en un bowl : los calamares, la *palta* cortada, la *cebolla* ciselada, hojas de *perejil*, tomates y el *chile* picado.

- Agregar los chipirones, aceite de oliva, el mango cortado en cubos.
- Terminar con flores.

Panqueques de cítricos y maracuyá

- Mezclar los huevos, la *harina*, 2 cdas.
- De *stevia*, y la leche.
- Calentar una sartén, pincelar con aceite altoleico.
- Hacer los pancakes.
- Doblarlos a la mitad, agregar ralladura de *mandarina*, *limón* y lima, pulpa del **maracuyá**, 1 cda.
- De *stevia* y el *jugo* de la *mandarina*.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-calamar-panqueque-de-citricos-y-maracuya>