

Ensalada de frutos de mar en salsa de miso

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Sal: A gusto

Kanikama: 5 Unidades

Jugo de Limón: 2 Unidades

Calamares: 2 Unidades

Langostinos limpios: 8 Unidades

Salsa

Sake: 1 cda.

Vinagre de Arroz: 1 cda.

Azucar: 1 cda.

Miso blanco: 150 g

Vegetales

Sal: A gusto

Nabo: 1 Unidad

Zanahoria: 1 Unidad

Brócoli: 1 Unidades

Chauchas: 10 Unidades

Cebolla de verdeo tallos: 4 Unidades

Preparación de la Receta

- Abra el tubo de *calamar* al medio y corte en dos, luego realice cortes superficiales de ambos lados.
- En una olla con abundante agua caliente, sal y *jugo de limón* cocine los calamares durante 15 segundos y los *langostinos* durante 2 minutos.
- Retire y pase por abundante agua fría
- Luego escurra sobre papel absorbente.

Vegetales

- Pele y corte la *zanahoria* y el *nabo* en rodajas.
- En una olla con abundante agua hirviendo y sal blanquee la *zanahoria* durante 1 minuto, agregue el *nabo* y cocine durante 2 minutos más ambos ingredientes.
- En otra olla con abundante agua hirviendo y sal cocine primero las chauchas durante 1 minuto, añada los brócolis y la *cebolla* de verdeo, cocine durante 2 minutos más
- Retire y pase por abundante agua fría, luego escurra.

Salsa

- Coloque el **miso** en un bowl junto con el *vinagre*, el azúcar y el *sake*, mezcle bien y luego tamice.

Armado

- Corte la *cebolla* de verdeo blanqueada en trozos iguales.
- Corte los calamares en tiras.
- Corte los bastones de *kanikama* en dos.
- En un plato sirva la *cebolla* de verdeo, la *zanahoria*, el *nabo*, los brócolis, los *langostinos*, el *kanikama* y el *calamar*.

Presentación

- Acompañe con la salsa y decore con semillas de sésamo

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-frutos-de-mar-en-salsa-de-miso>