

# Ensalada fresca de calamar

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Tubo de calamar pelado:** 1 Unidad

**Radicchio:** 1/2 Unidad

**Lechuga:** 1/4 Unidad

**Cebolla Morada:** 1/2 Unidad

**Gajos de naranja:** 1 Unidad

**Endivias:** 2 Unidades

**Escarola fina:** 1/4 Unidad

**Sal:** A gusto

## Para el aderezo

**Jugo de una naranja:** 1 Unidad

**Mostaza de Dijon:** 1 Cucharadita

**Aceite:** 100 Centímetros cúbicos

**Miel:** 1 Cucharadita

**Sal:** A gusto

## Preparación de la Receta

- Cortar el **calamar** en tiras de 3 cm de largo por 1/2 cm de ancho.
- Cocinar en agua hirviendo con sal por 7 segundos, llevar a bowl de agua con hielo y cortar la cocción.
- Retirar gajos a vivo de la *naranja*.
- Hacer en un plato grande una base de hojas cortadas a mano (radicchio, endivias, lechuga, escarola fina) y acomodar por encima gajos de *naranja* a vivo y *cebolla* en juliana.
- Agregar los calamares cocidos y por encima terminar con el aderezo.

## Para el aderezo

- Mezclar en un bowl *jugo de naranja*, miel, *mostaza de dijon*, sal y en forma de hilo agregar aceite hasta integrar y emulsionar.