Insalata di zucca (Ensalada de calabaza)

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Bicarbonato De Sodio: 1/2 cdita.
Langostinos: 200 g
Sal y Pimienta: A gusto
Aceite De Oliva: 20 cc
Jugo de Limón: Cantidad necesaria
Uvas blancas: 50 g
Mango: 100 g
Calabaza: 400 g
Espinacas: 100 g
Chaucha rolliza: 150 grs.

Aderezo

Jugo de Limón: 1 cda.
Aceite De Oliva: 60 cc
Menta: 10 Hojas
Sal y Pimienta: A gusto
Miel: 30 grs.

Tulipa de masa philo

Masa Philo: 5 Hoja
Manteca clarificada: Cantidad necesaria

Varios

Queso Parmesano: 100 grs.
Langostinos enteros:

Preparación de la Receta

- Limpie los *langostinos*, quite la cáscara, la cola y la cabeza
- Haga un corte transversal y quite la vena.
- En una olla con agua hirviendo con sal y *limón* coloque los *langostinos*

- Cocine durante dos minutos
- Retire y pase por agua helada.
- Corte los *langostinos* en trozos.
- Pele y corte la **calabaza** en tiras finas.
- Lave las chauchas
- En una olla con agua salada hirviendo y una pizca de bicarbonato de sodio
- Cocine las chauchas
- Retire y pase por agua helada.
- Corte las chauchas en diagonal.
- Corte las uvas blancas en cuartos.
- Pele y corte el mango en tiras finas.
- Lave y corte la *espinaca* en tiras finas.
- En una sartén con aceite de oliva saltee la *calabaza* con sal y pimienta
- Retire y deje enfriar.
- En un bowl coloque, las chauchas, los *langostinos*, las uvas, el mango, la *espinaca*, agregue la *calabaza* salteada y mezcle bien.

Tulipa de masa philo

- Precaliente el horno a 180°.
- Pincele una lámina de masa philo con *manteca* clarificada, cubra con otra lámina de masa, pincele nuevamente con *manteca* clarificada y corte dando en forma circular.
- En un molde para horno coloque la masa philo, deje el excedente de masa hacia afuera.
- Lleve al horno y cocine durante tres minutos
- Retire del horno, desmolde y reserve.

Aderezo

- Corte las hojas de *menta* en tiras finas.
- En un bowl coloque el *jugo* de *limón*, la sal, la pimienta, la miel, el aceite de oliva y la *menta*
- Mezcle hasta emulsionar.

Presentación

- En un plato coloque la tulipa de masa philo y en el centro coloque un aro
- Rellene con la ensalada, presione bien con la cuchara y retire el aro
- Espolvoree con láminas de queso parmesano y pimienta
- Decore con un langostino entero y Rocíe con el aderezo

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/insalata-di-zucca-ensalada-de-calabaza