

Langostinos y cous cous con lentejas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Cous Cous: 1 Taza

Cebolla: 1 Unidad

Lentejas coral: 1 Taza

Ajo: 1 Diente

Cebolla Colorada: 1 Unidad

Aceite De Oliva: 1 cda.

Caldo De Vegetales: Cantidad necesaria

Manteca en cubos: 50 g

Perejil picado: 2 cdas.

Vino Blanco: 50 cc

Sal y Pimienta: A gusto

Laurel: 1 Hoja

Tomates concassé sin piel ni semillas: 100 g

Apio: 1 Unidad

Zanahoria: 1 Unidad

Langostinos marinados

Coriandro: 1 cda.

Ralladura de limón: 1 Unidad

Ajo picado: 1 Diente

Jugo de Naranja: 1 cda.

Langostinos: 8 Unidades

Vinagre de jerez: 2 cdas.

Jugo de Limón: 1 cda.

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: 1 cda.

Ralladura de naranja: 1 Unidad

Varios

Perejil picado: 2 cdas.

Cebolla colorada en aros:

Aceite De Oliva: 1 cda.

Lima: Rodajas

Preparación de la Receta

- Pele al *ajo*.
- Pele la *zanahoria*, la *cebolla*, la *cebolla* colorada y el *apio* y corte en cubos chiquitos.
- En una sartén con una cucharada de aceite de oliva y *manteca*, rehogue las *cebolla* y el *apio* y añada la *zanahoria*.
- Condimente con sal, pimienta, una hoja de *laurel*, la cabeza de *ajo* entero y añada las lentejas.
- Incorpore caldo de a poco a medida que la preparación o necesite durante aproximadamente 15 minutos.
- Antes de terminar la cocción agregue el vino blanco.
- Apague el fuego, añada el *cous cous* revolviendo y termine con cubos de *manteca*, *cebolla* morada, *tomate concassé* y *perejil* picado.

Langostinos marinados

- Coloque los **langostinos** en un bowl junto con el resto de los ingredientes y deje *marinar* durante 15 minutos.
- En una sartén con aceite de oliva, selle los *langostinos* de ambos lados junto con la *marinada*.
- Añada *vinagre* de jerez, retire y reserve.

Presentación

- Sirva en platos hondos coloque los *langostinos* sobre el *cous cus* y lentejas y decore con aros de *cebolla* morada, gajos de lima y *perejil* picado.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/langostinos-y-cous-cous-con-lentejas>