

# Poêlée de langostinos marinados en jengibre, lemon grass y lima



Tiempo de preparación: 30 Min

## Ingredientes

Lima: 1 Unidad

Sal: A gusto

Langostinos: 20 Unidades

Jengibre: 15 g

Cayos de vieiras: 20 Unidades

Lemon grass - vara: ½ Unidad

Aceite De Oliva: 100 cc

Pimienta de Cayena: A gusto

## Varios

Mango: 1 Unidad

Mezclum de Hojas Verdes: 200 g

## Vinagreta

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: 45 cc

Aceto balsámico: 1 cda.

## Preparación de la Receta

- Pele los **langostinos**, elimine la cabeza y la vena del *lomo*.
- Ralle la cáscara de la lima.
- Pele el **jengibre** y ralle.
- Pique el lemon grass.
- En un bowl mezcle los *langostinos*, los cayos de vieiras, aceite de oliva, la ralladura de lima, pimienta de *cayena*, el *jengibre* y el lemon grass.
- Deje *marinar* durante 10 minutos.
- En una sartén caliente con una cucharada de aceite de oliva saltee los *langostinos* y los cayos de vieiras rápidamente.
- Condimente con sal.

## Vinagreta

- En un bowl disuelva la sal y la pimienta con el aceto balsámico.
- Incorpore el aceite de oliva y mezcle hasta que emulsione.
- Aderece las lechugas con la vinagreta
- Pele el mango y corte en cubos pequeños.

## Presentación

- En el centro de un plato forme un colchón con las lechugas.
- Sirva los *langostinos*, las vieiras y cubos de mango alrededor.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/polee-de-langostinos-marinados-en-jengibre-lemon-grass-y-lima>