



## Consejo del chef

Servir acompañados con unos gajos de lima y, opcionalmente, con ensalada de mango y cilantro.

## Raciones para

**500 gr** Langostinos

1 Cucharada de aceite

Sal

Pimienta negra molida

1 Cucharadita de orégano

1 Cucharadita de tomillo seco

2 Cucharadas de pimentón

**1/2** Cucharadita de copos de chile

1 Cucharadita de ajo en polvo

1 Cucharadita de cebolla en polvo

**80 gr** Quinoa

**240 ml** Agua

1 Aguacate

**1/2** Mango

Lima

Cilantro

- 1** Cocer la quinoa previamente lavada en agua hirviendo con sal durante el tiempo que indique en el envase (8-10 minutos aproximadamente) y enfriar rápidamente para que quede suelta. Reservar.
- 2** Pelar los langostinos, mezclarlos con los condimentos en un bol y cocinarlos en una sartén con aceite a fuego medio-alto hasta tostar ligeramente.
- 3** Cortar el mango en pequeños dados, el aguacate en láminas y seleccionar unas hojas de cogollos, lavarlas y escurrirlas.
- 4** Para el emplatado, colocar en el interior de los cogollos un poco de quinoa, láminas de aguacate, uno o dos langostinos (dependiendo de su tamaño) y terminar con un poquito de mango cortado y hojas de cilantro para decorar.

# Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/tacos-de-lechuga-quinoa-y-langostinos/>

**COOKING**  
**LOVERS** 