



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 