HerZechef 👆



APERITIVOS / ENTRANTES

Volován de langostinos

4 raciones · 214 kcal

Ingredientes

- **10** langostinos cocidos
- **1** huevo duro
- **2**-3 cucharaditas de mayonesa
- Volovanes

POR RACIÓN

Proteínas	**11 g**
Grasas	**13 g**
Hidratos	**13 g**
Fibra	**0,6 g**

Elaboración

1. Picar los langostinos cocidos
2. Picar el huevo duro
3. Juntar todo en un mismo bol
4. Añadir la mayonesa y mezclar hasta obtener una textura cremosa
5. Meter la mezcla en una manga y rellenar hasta arriba los volovanes
6. Rallar un poco de yema cocida por encima

RECOMENDACIONES

Se puede hacer igual con tartaletas o incluso con tostadizas.

Hecho con CookNest