Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



APERITIVOS / ENTRANTES

Saam de mayonesa de aguacate y langostinos

4 raciones · 250 kcal

Ingredientes

- 1 cogollo (salen más de 8 hojas)
- 10 langostinos
- 2 piparras
- Semillas de chía

MAYONESA DE AGUACATE

- 1 aguacate maduro
- 1 huevo duro
- 50 ml de aceite de oliva
- Sal al gusto
- 50 ml de agua
- Unas gotitas de lima y limón

POR RACIÓN

Proteínas	11 g
Grasas	20 g
Hidratos	8,3 g
Fibra	5,1 g

Elaboración

1. Poner el aguacate maduro entero en un vaso medidor junto con el huevo duro y un poco de aceite de oliva virgen extra
2. Añadir sal, unas gotitas de limón y de lima y triturar a máxima potencia
3. Añadir un poco de agua hasta lograr una textura perfecta
4. Quitar la semilla de las guindillas y trocearlas finamente
5. Rellenar los cogollos con la mayonesa de aguacate bien fría
6. Añadir los langostinos ya cocidos, las piparras, las semillas de chía y unas gotitas de lima

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta