



Dificultad:
Alta



Porciones:
6



Tiempo:
40 minutos

Información Nutricional

Energía:	268 Kcal
Proteínas:	16.8 g
Grasa Total:	14.0 g
Colesterol:	30.8 mg
H. de Carbono:	19.6 g
Fibra Dietética:	5,3 g
Sodio:	289 mg

ENTRADA TIBIA DE ALCACHOFA Y CAMARONES

Ingredientes

- 4 Papas grandes ralladas
- 1 Cucharada de aceite
- 2 Cucharadas de mantequilla
- 1 Cucharada de finas hierbas cortadas finamente (romero, tomillo, estragón)
- 1 Paquete de cebollines cortados en juliana (3 un)
- 300 g de camarones ecuatorianos
- 1 Frasco de fondos de alcachofas baby (420 g aprox.)
- 1 Tarro chico de crema NESTLÉ® 157 g
- Sal y pimienta a gusto

Preparación

1.- En un bowl junta las papas ralladas crudas con el aceite y la mantequilla derretida, añade las finas hierbas y condimenta con sal y pimienta a gusto. Rápidamente sobre una sartén idealmente de teflón, forma delgadas tortillas y cocinalas por ambos lados hasta dorarlas bien. Repite el mismo procedimiento hasta acabar con toda la mezcla.

2.- Aparte, calienta una cucharada de aceite de oliva en una sartén y agrega los cebollines, saltea a fuego alto durante 1 minuto hasta dejarlos más blandos. Agrega los camarones con los fondos de alcachofas y condimenta con un toque de sal y pimienta a gusto. Saltea durante unos minutos hasta cocer bien los camarones removiendo de vez en cuando. Finalmente y fuera del fuego agrega la crema NESTLÉ® de una vez y remueve para integrar bien.

3.- Una vez todo listo, en la base de un plato deja una de las tortillas de papas y sobre estas sirve una porción del salteado tibio. Puedes acompañar con una porción de brotes o lechugas hidropónicas. Rocía con un toque de aceite de oliva y sirve de inmediato.