



Dificultad:
Baja



Porciones:
7



Tiempo:
35 minutos

Información Nutricional

Energía:	240 Kcal
Proteínas:	35.7 g
Grasa Total:	3.8 g
Colesterol:	0 mg
H. de Carbono:	24.3 g
Fibra Dietética:	4,1 g
Sodio:	445 mg

CEVICHE TRADICIONAL

Ingredientes

- 1 kilo de filetes de pescado fresco (reineta, merluza, corvina)
- 2 Cebollas moradas cortadas en pluma fina
- ½ Taza de cilantro cortado finamente
- 2 a 3 Ajíes amarillos
- 1 ½ Cucharadita rasa de sal
- ½ Cucharadita de pimienta negra recién molida
- 1 ½ Cucharaditas de ajo molido (o según el gusto)
- 2 Tazas de jugo de limón fresco

Leche de Tigre

- 1 Taza de caldo de ceviche preparado
- 1 Rama de apio cortada en trozos
- ¼ Cebolla morada cortada en pluma gruesa
- ½ Diente de ajo
- ¼ Cucharadita de jengibre fresco (o más a gusto)
- ½ Ají rojo fresco
- ½ Taza de jugo de limón fresco
- ½ Taza de ceviche listo
- Pimienta blanca a gusto
- ¼ Cucharadita de curry
- 100 ml de leche evaporada IDEAL® NESTLÉ® (opcional)

- 6 Hojas de lechuga hidropónica, crespa o escarola
- 2 Choclos (peruano elote) desgranados y cocidos
- 7 Trozos pequeños de zapallo camotes cocidos

Preparación

- 1.- Corta el pescado bien frío en cubos medianos, déjalo en una fuente extendida y añade la cebolla con el cilantro cortado finamente, agrega el ají y condimenta con la sal, pimienta y ajo molido. Vierte de una vez el jugo de limón y remueve para distribuir bien los ingredientes. Cubre con

papel film y lleva a refrigeración mientras avanzas con el siguiente paso de la receta.

2.- Para la leche de tigre junta todos los ingredientes como el caldo de ceviche, la rama de apio cortada en trozos, la cebolla morada con el diente de ajo, el jengibre con el ají rojo y la taza de ceviche ya listo. Enseguida condimenta con un toque de pimienta a gusto y el curry.

3.- Vierte la leche evaporada IDEAL® NESTLÉ®, procesa a velocidad fuerte hasta moler completamente todos los ingredientes y conseguir una molienda con una leve textura. Agrega esta preparación a la fuente con el pescado y deja reposar durante 20 minutos para que los sabores se complementen. Una vez listo, sirve acompañado con hojas de lechuga, el maíz y un trozo de zapallo.

Nota

El maíz y el zapallo lo encuentras en algunos supermercados en la parte de los congelados.

