



Ensalada de judías rojas y langostinos con mini mozzarellas y vinagreta de queso crema

<650 calorías Fácil y rápido

Cocinando: 10 min • Listo en: 20 min

13



Langostinos



Judías rojas



Cogollos de lechuga



Vinagre balsámico



Queso crema



Mini queso mozzarella

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Colador, sartén mediana, papel de cocina, ensaladera, bol pequeño.

Ingredientes

	2P	4P
Langostinos* 5)	150 gramos	300 gramos
Judías rojas	340 gramos	680 gramos
Cogollos de lechuga	220 gramos	440 gramos
Vinagre balsámico* 14)	1 sobre	2 sobres
Queso crema* 7)	1 paquete	2 paquetes
Mini queso mozzarella* 7)	150 gramos	300 gramos

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	461 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2151/ 514	467/ 112
Grasas (g)	16,7	3,6
de las cuales saturadas (g)	11,0	2,4
Carbohidratos (g)	31,3	6,8
de los cuales azúcares (g)	6,3	1,4
Proteínas (g)	40,1	8,7
Sal (g)	1,8	0,4

Alérgenos

5) Crustáceos **7)** Leche **14)** Sulfitos.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.

♻️ ¡Recíclame!



1



Prepara los ingredientes

Corta los **cogollos de lechuga** por la mitad o a lo largo, luego, corta en tiras de 1 cm de grosor y agrégalas a una ensaladera. Escurre las **judías rojas** con ayuda de un colador y añádelas a la ensaladera.

3



Prepara el aliño

En un bol pequeño, mezcla el **vinagre balsámico**, el **queso crema**, un chorrito generoso de **aceite**, **sal** y **pimienta**. Agrega el **aliño** a la ensaladera y remueve. Escurre las **mini mozzarellas**.

2

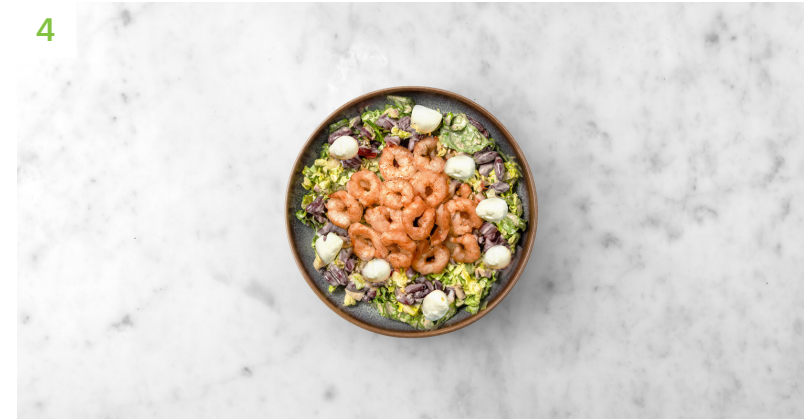


Saltea los langostinos

Seca los **langostinos** con papel de cocina. En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Cuando el **aceite** esté caliente, agrega los **langostinos**, **salpimienta** y cocina 1-2 min, hasta que se doren. Cuando estén listos, retira y reserva.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular marisco crudo.

4



Emplata y disfruta

Sirve la **ensalada de lechuga** y **judías rojas** en platos hondos y cubre con los **langostinos** salteados. Finalmente, coloca las **mini mozzarellas** sobre la **ensalada**.

¡Que aproveche!