



LANGOSTINOS CON TOMATE

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 20 unidades de langostinos
- 400 g de tomate
- 120 g de cebolla
- 4 dientes de ajo
- 5 g de tomillo
- 5 g de azúcar
- 5 g de pimienta molida
- 2 g de pimentón picante
- 40 g de aceite de oliva virgen
- sal

LA PREPARACIÓN

- Ralla los tomates y añade el azúcar, la pimienta molida, el pimentón picante y sal al gusto. Pela y pica la cebolla y los ajos.
- En una sartén grande con un poco de aceite sofríe la cebolla y el ajo, cuando empiecen a tomar color, añade el tomillo y seguidamente el tomate.
- Mezcla bien y sofríe hasta que haya perdido la mitad del agua, incorpora los langostinos limpios, sala ligeramente y mézclalos con la salsa de tomate.
- Deja cocer hasta que el tomate se haya concentrado, removiendo con cuidado de vez en cuando y listo.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 8.8 g	Grasas 10.8 g
Kcal 182	Proteínas 11.3 g