



LANGOSTINOS AL COCO CON ENSALADA DE PEPINO

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 24 unidades de langostinos pelados y con la cola intacta
- 2 unidades de claras de huevo ligeramente batidas
- 100 g de coco rallado seco
- 60 g de pepino
- 60 g de cebolletas en rodajas cortadas al bias
- 2 g de cilantro fresco picado
- 20 g de aceite de oliva
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Remoje 8 brochetas de madera en agua fría durante 30 minutos y escúrrelas.
- Coloca las claras de huevo en un plato hondo y el coco rallado en otro. Reboza cada langostino primero por la clara y después por el coco. Ensarta 3 langostinos rebozados en cada brocheta.
- Con un pela patatas, corta el pepino en láminas largas para hacer cintas, déjalas sudar en el escurridor y, después, mézclalas en un cuenco con la cebolleta y el aceite.
- Asa las brochetas bajo el grill 5



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 3.2 g	Grasas 20.9 g
Kcal 256	Proteínas 12 g

minutos por cada lado, o hasta que los langostinos adquieran un color rosado. Sírvelas sobre las láminas de pepino alineadas y salpimentadas.