Ensalada de Arroz y Gambas con Aliño de Mostaza

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Recetízate **Recetizador:** Elenahmartin



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Entrante
Tipo de cocina: Baja en calorías
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico

El truco de esta receta:
Utilizar arroz basmati y añadir unos espárragos trigueros hervidos.

Descripción:

Esta ensalada puede tomarse también templada.

Ingredientes para 4 personas :

- 150 gr de Arroz de Grano Largo
- 50 gr de Rúcula
- 150 gr de Gambas Peladas
- 1 bote de Aceitunas Verdes La Española
- 80 gr de Maíz cocido Gigante Verde
- PARA EL ALIÑO
- 1 cucharada de Mostaza
- 1 Limón
- Sal
- Pimienta
- 4 cucharadas de Aceite de Oliva

Preparación:

Paso 1

Hervir el arroz en agua con sal durante 15 mintos. Cuando esté cocido refrescar con agua fría y escurrir bien.

Paso 2

En un cazo con agua y sal, cocer las gambas durante 1 minuto. Pasar por agua fría y escurrir.

Paso 3

En un bol o ensaladera, mezclar el arroz cocido con la rúcula, las gambas, las aceitunas y el maíz.

Paso 4

Preparar el aliño mezclando limón exprimido junto con el aceite, la mostaza, la sal y la pimienta. Aliñar la

ensalada con esta salsa y servir.