cuenco de champis con langostinos

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

Creador: bertodu



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Económico

El truco de esta receta:
se puede comer frío pero a mí personalmente me gusta más recién echo

Descripción:

receta muy fácil de hacer, y saludable combina patata, champiñones , nueces y langostinos con una ligera salsa bechamel

Ingredientes para 4 personas :

- 2 patatas
- 12 langostinos crudos
- 250 gr de champiñones
- 1 vaso de leche desnatada
- 1 cucharada de harina
- 1 cucharada de margarina
- 4 nueces
- una pizca de perejil
- un diente de ajo
- una pizca de sal
- 1 cucharada de aceite de oliva

Preparación:

Paso 1

preparar los ingredientes, los langostinos pueden ser frescos o congelados, si se escogen estos últimos descongelarlos. En una cazuela con agua y sal echar a cocer las patatas cortadas a cuadraditos pequeños, estarán cocidas en 10 minutos, sacar y escurrir

Paso 2

lavar los champiñones y escurrirlos , cortarlos en láminas y rehogarlos en una sartén con una cucharada de aceite de oliva, de mientras cortar el ajo en láminas y pelar las nueces y partirlas en trocitos

Paso 3

mientras se hacen los champis, en un cazo, poner la cucharadita de margarina, tostar una cucharada de harina y añadir la leche para hacer una salsa bechamel ligera, remover con la varillas para que no se hagan grumos

Paso 4

mezclar los champis con el ajo y nueces, la pizca de perejil y añadir los langostinos hasta que éstos estén echos, sacar los langostinos para reservarlos para adornar el plato

Paso 5

ir montando los cuencos, primero la patata, segundo la salsa bechamel

Paso 6

tercero, los champiñones y por último los langostinos