empanadillas de gambas al horno

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

Creador: bertodu **Recetizador:** Mar Arias



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico
El truco de esta receta:
a mí personalmente me gustan más frías

Descripción:

para que sean menos calóricas, están echas al horno, aunque si nos gustan más se pueden hacer fritas, poniendo a escurrirlas sobre papel de cocina para que no tengan tanto aceite

Ingredientes para 4 personas :

- 1 paquete de obleas(un paquete de obles 16 obleas
- 12 langostinos cocidos
- 1 bandeja de setas,
- 1 Huevo batido (para pintar)
- 1 diente de ajo
- 1 cucharada de aceite
- una pizca de perejil
- una pizca de sal

Preparación:

Paso 1

preparar los ingredientes, sacar las obleas de la nevera antes de usarlas para que se despeguen más fácilmente, los langostinos se pueden cocer en el momento dejandolos enfriar o comprarlos cocidos.

Paso 2

poner en una sartén una cucharada de aceite de oliva, las setas las tenemos limpias, escurridas y troceadas, cuando esté caliente el aceite, echar el diente de ajo picado, las setas y el perejil hacerlo todo junto unos 10 minutos

Paso 3

Mientras se hacen las setas, pelar los langostinos y trocearlos, mezclar todo y rehogar durante un par de

minutos más. Mientras se hacen, extender las empanadillas en la mesa para rellenarlas. Encender el horno a 200º

Paso 4

rellenar las empanadillas con el relleno de setas y langostinos, cerrar con la ayuda de un tenedor y pintarlas con huevo batido

Paso 5

Meterlas en el horno ya caliente y tenerlas 15 minutos . Sacar y emplatar, quedan más jugosas haciéndolas fritas, pero de lo que se trata es de tomar menos calorías