

ANTIPASTI E SNACK

Gamberoni grigi con pompelmo e salsa di yogurt e cetriolo

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

- 10 - 20 gamberoni grigi
- 1 pompelmo
- 1 cetriolo
- foglie di lattuga o rucola
- yogurt al naturale
- olio extravergine di oliva
- aceto balsamico di buona qualità
- pepe bianco
- aneto
- sale.

PREPARAZIONE

1 Lavare i gamberoni, metterli a bollire in acqua salata per solo 5 minuti.



2 Quando saranno belli rossi, scolarli e farli raffreddare.

Togliere il carapace e lasciare la coda solo ai gamberi più grossi.



3 Frullare lo yogurt e il cetriolo a pezzi fino ad ottenere una salsa liscia e consistente.

Poi condire con sale, pepe bianco e aneto.



4 Pelare il pompelmo a vivo e ricavare dei pezzetti di polpa. Montare il piatto, preparando un letto con l'insalata tagliata fine e condita con olio, disporvi i gamberoni con la coda e finire con il balsamico. Accanto disporre i gamberoni restanti fatti a pezzi, uniti al pompelmo e alla salsa di yogurt e cetriolo.



NOTE