

ANTIPASTI E SNACK

Insalata di mango verde con calamari

di: *Cookaround*

LUOGO: *Asia / Cambogia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *molto bassa* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*



INGREDIENTI

- 1 grosso mango verde fresco sbucciato e tagliato alla julienne
- 1/2kg di calamari freschi
- 2 tazze d'acqua
- ¼ cucchiaino di sale
- ½ tazza di arachidi tostate
- 1 piccola cipolla gialla affettata
- ½ peperone a palloncino affettato
- un pugno di foglie di menta tritate
- un pugno di erba cha_ap
- ¼ tazza di salsa dolce di pesce

PREPARAZIONE

- 1 Lavare i calamari in acqua fredda, rimuovere il bordo trasparente e duro e lo stomaco.

Sciacquare i calamari nuovamente sotto l'acqua fredda.

Incidere leggermente ad incrocio il corpo dei calamari prima di tagliarli a pezzetti. Far bollire dell'acqua salata in una piccola casseruola, aggiungervi i calamari quando l'acqua bolle. Mescolare un paio di volte. Rimuovere la casseruola dal fuoco e scolare i calamari. Attenzione a non scuocere i calamari.

Mettete il mango in una grossa ciotola e miscelarlo con la cipolla dolce ed i calamari.

Versarci sopra la salsa dolce di pesce e mescolare bene. Cospargere il tutto con le erbe e le arachidi tostate.

Servire immediatamente il piatto con del riso, il gusto di questo piatto si esalta con qualsiasi piatto caramellato.

NOTE