



GAMBES I COGOMBRES

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 500 g de gambes pelades
- 120 g de cogombre
- 2 dents de all
- 200 g de ceba
- 2 g de gingebre
- 5 g de llavors de coriandre
- 5 g de llavors de fenoll
- 0.5 g de safrà
- 40 g de oli d'oliva
- 120 g de llima
- 5 g de sucre

LA PREPARACIÓ

- Pela la ceba, els alls i el gingebre, tritura'ls barreja-ho tot en un bol amb les llavors de fenoll, coriandre i el safrà.
- Cuina la mescla en una paella amb l'oli durant 3 minuts, sense deixar de remenar; afeg-hi les gambes i cuina-ho 5 minuts més.
- Abaixa el foc al mínim i afeg-hi el cogombre pelat i tallat en bastons, la ratlladura i el suc de la llima, el sucre i cuina-ho 1 minut més. Servix-ho calent.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 6.4 g	Grases 11.1 g
Kcal 169	Proteïnes 9.9 g