



Salada Doce com Gambas

Salada fresca de gambas com Alpro alternativa às Natas, à base de Soja

Preparação

1. Descasque as mangas, retire o caroço e corte em pedaços iguais. Guarde 1/3 dos pedaços de manga para a salada. Corte a malagueta ao meio e retire as sementes.
2. Para o molho, misture numa liquidificadora a Alpro alternativa às natas, 2/3 dos pedaços de manga e o azeite. Acrescente a malagueta, uma mão cheia de folhas de hortelã e tempere com o sumo da lima e uma pitada de sal. Mantenha no frio até utilizar.
3. Entretanto, frite as gambas em Alpro creme soja para cozinhar e assar e tempere com sal e pimenta.
4. Para finalizar, junte todos os ingredientes. Acrescente cebola picada, pinhões, os restantes pedaços de manga, as gambas e o molho, à salada mista e sirva de imediato.



4 porções



25min



Ingredientes

- 1 1/2 manga madura
- 1/2 malagueta
- 2 raminhos de hortelã
- 250 ml de Alpro alternativa às Natas Culinárias, à base de Soja
- 1 lima
- 400 g de gambas cruas
- 1 cebola roxa
- 50 g de pinhões tostados
- 250 g de salada mista (hortelã, coentros, rúcula, agrião, alface...)
- 3 c. de sopa de azeite
- pimenta moída na hora
- sal

Feito com

Alpro Alternativa às Natas Culinárias

