

Qué fácil es cocinar con


COOKING CHEF



Salteado de verduras con gambas

4 personas



Accesorios necesarios:



Tiempo:



Ingredientes

- 1 zanahoria grande
- ½ pimiento rojo
- ½ pimiento verde
- 1 calabacín mediano
- 100 gr. de champiñones
- 4 cherrys rojos
- 4 cherrys amarillos
- 200 gr. de gambas peladas
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 3 cucharadas de salsa de soja
- Sal y pimienta al gusto

Preparación

1. Lava todas las verduras y sécalas. Pela la zanahoria, parte los pimientos en tiras muy anchas. El calabacín no lo peles, nos interesa su piel verde.
2. Monta el disco de láminas gruesas en el procesador de alimentos y corta en rodajas la zanahoria y en juliana los pimientos. Reserva.
3. Pica los champiñones y el calabacín en láminas con el mismo disco y reserva también.
4. Añade una cucharada de aceite y monta el gancho de remover. Selecciona 140° en posición 1 de remover y saltea la zanahoria durante 2 minutos.
5. Añade los pimientos y cocina durante 4 minutos. Retira del bol y reserva.
6. Incorpora el calabacín y los champiñones y una cucharada de aceite. Cocina durante 2 minutos más. Retira del bol y reserva.
7. Por último, agrega los cherrys. Cocina durante 2 minutos.
8. No retires los cherrys. Añade las gambas y cocina 2 minutos más.
9. El salteado es un plato al dente. Si te gusta un poquito más pasado, alarga los tiempos de cada paso.



Salteado de verduras con gambas

Preparación

10. Recuerda, cada verdura tiene un tiempo de salteado distinto y nunca puedes poner demasiada junta.

11. Para terminar, añade la salsa de soja, el orégano seco, la pimienta blanca y rectifica de sal. La soja ya le da un punto salado. La sal la ponemos al final para que no "lloren" las verduras. No interesa que echen agua, pues en ese caso no se saltearían, se cocerían.

12. Si sigues los pasos, te quedará un magnífico salteado.