ENSALADA AGRIDULCE DE ENDIVIAS

2 raciones **20 min** **Fácil**

Invierno · Otoño · Primavera · Verano

Ensaladas



Información nutricional

Valores por ración

Energía	Proteínas
188 kcal	22 g
Grasas	**Carbohidratos**
7 g	10 g
Fibra	**Sal**
33 g	0.8 g

Ingredientes

- 200 g de endivia
- 50 g de mandarina
- 150 g de gambón grande
- 100 g de palitos de cangrejo
- 30 g de pepinillos en vinagre
- 10 g de aceite de oliva
- 10 g de vinagre de Jerez
- 1 g de sacarina
- Sal

Preparación paso a paso

TRADICIONAL

1. Pon agua a hervir, echa los gambones, apaga el fuego y deja 5 minutos; escurre, enfría y pela.
2. Lava y corta la endivia y colócala en una fuente.
3. Corta el surimi y los pepinillos y repártelos sobre la endivia.
4. Pela la mandarina, retira las hebras blancas y separa los gajos; añádelos a la fuente.
5. Mezcla el aceite, el vinagre, la sal y el edulcorante (azúcar de abedul o sacarina) y remueve hasta equilibrar el punto agridulce; aliña la ensalada.
6. Coloca encima los gambones pelados y sirve.