

CANNAMELA

Zuppa thailandese di gamberi



Ingredienti

- 800g gamberi
- 2 cucchiaini lemon grass foglie CANNAMELA
- 1 cucchiaino coriandolo macinato CANNAMELA
- 1/2 cucchiaino peperoncino macinato CANNAMELA
- 1 cucchiaino succo di lime
- 4 cucchiaini zucchero di canna
- 20g olio extravergine di oliva
- qb sale



Porzioni
4 persone



Portata
Primo



Tempo
40 minuti



Difficoltà
Media



Cottura
In
casseruola



Kcal per
persona
170*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1** Pulire i gamberi e conservare a parte i gusci e le teste.
- 2** In una casseruola scaldare un cucchiaio di olio, unire teste e carapaci dei gamberi e cuocere a fuoco medio mescolando.
- 3** Versare 1 litro di acqua e aromatizzare con il lemon grass foglie CANNAMELA.
- 4** Portare a bollore e cuocere per 25 min, unire altra acqua (circa 250 g) e fare sobbollire per 10 min.
- 5** Filtrare il brodo schiacciando sul colino gli scarti del pesce con una forchetta e rimetterlo nella casseruola.
- 6** Aromatizzare il brodo di cottura con tutte le spezie.
- 7** Portare a bollore e unire i gamberi.
- 8** Cuocere per 3-4 min, poi unire il succo di lime e lo zucchero. Aggiustare di sale.
- 9** Mescolare e servire.