

Ceviche de camarón, mero y mango

[Ceviche de camarón, mero y mango](#)

[imprimir](#)



Esta semana hemos hablado del limón y de lo sano que es incluir este cítrico en nuestros platos. Hay muchas maneras de hacerlo: acompañando a pescados y carnes, en forma de compota, como parte de postres dulces... ¡Incluso se puede comer solo! Para los menos atrevidos, una buena forma de consumir limón es añadiendo su jugo en aliños. Y una muestra de ello es la receta que hoy os presentamos: un fantástico ceviche de camarón, mero y mango.

Puede que te suene exótico, pero, en realidad, es una receta muy sencilla a base de alimentos que puedes encontrar fácilmente en el supermercado. Además, es un plato muy saludable, bajo en grasas y apto para todo el mundo.

Para elaborar el ceviche necesitarás:

- 250 g de camarones
- 200 g de mero
- ½ mango maduro
- 1 aguacate
- 125 ml de zumo de naranja
- 125 ml de tomate frito
- el zumo de 2 limones
- el zumo de 4 limas
- ½ tomate grande sin semillas
- ¼ de cebollas
- cilantro al gusto
- 3 medidas de agua

Para empezar, corta el mero en trozos pequeños, mételos en un bol y cúbrelos con el zumo de limón. Déjalo reposar media hora en la nevera.

Para cocer los camarones, vierte tres medidas de agua en la cubeta de tu Chef Plus Induction e introduce la cesta de cocina al vapor con los camarones dentro. Cierra la tapa y programa el menú Vapor 5 minutos a 100°C. Deja que se enfríe.

Saca el mero de la nevera, añade los camarones pelados y el zumo de lima. Déjalo reposar 15 minutos más en el refrigerador.

Pica el tomate, la cebolla, el mango y el cilantro. Añade esta picada, junto con el zumo de naranja y el tomate frito al bol con el mero y los camarones.

Antes de servir, incorpora el aguacate cortado a dados pequeños.

Recuerda que [registrándote](#) puedes acceder a todas las recetas oficiales y a las de otros usuarios de Chef Plus Induction. Además, puedes planificar tus menús semanales. ¡Es muy fácil y divertido!

Etiquetas

[Camarón](#)
[limón](#)

[Mango](#)

[Mero](#)

[pescado](#)

[receta](#)

[recetas con limón](#)

[Induction Pro](#)

Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar