

Especial Navidad: Fumet de gambas

Especial Navidad: Fumet de gambas

[imprimir](#)



El **marisco** es un clásico en las fiestas navideñas y el absoluto protagonista de nuestra receta de hoy. ¿Conoces el **fumet**? Se trata de un caldo de pescado concentrado que puede utilizarse también para dar sabor o aromatizar otros platos. Hoy te animamos a preparar un **fumet de gambas**, un alimento rico en fósforo,

yodo, calcio y magnesio, y muy bajo en grasas.

El fumet de gambas es una receta sin gluten ni lactosa y perfecta para toda la familia. Una ración aporta 254 calorías, 25 g. de grasas y 3 g. de carbohidratos.

Toma nota de los ingredientes:

- 8 medidas de agua
- 3 cucharadas de aceite
- 1/4 de medida de tomate triturado
- 300 gramos de gambas o langostinos
- 150 gramos de cebollas
- 100 gramos de zanahorias
- Laurel

Con el modo express, lo prepararás en un momento. Trocea la cebolla y la zanahoria. Introduce todos los ingredientes en la cubeta de tu **Chef Plus Induction Pro** y programa el menú Pescados. Finalmente, cuele el caldo y ya estará listo para ser utilizado como tú desees.

Ten en cuenta que en la web encontrarás también el [modo gourmet](#); te permitirá prepararla con más detenimiento, sofriendo los ingredientes poco a poco y consiguiendo un mayor sabor.

Recuerda que este fumet puede servirte para preparar sopas y cremas de pescado y marisco, dar sabor a otras recetas e incluso elaborar salsas para cualquier tipo de plato. ¡Un preparado de lo más útil!

Etiquetas

[Fumet de gambas](#)

[pescado](#)

[marisco](#)

[caldo](#)

[sin gluten](#)

[sin lactosa](#)

[light](#)

[Navidad](#)

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