

# Cebiche de camarón, mero y mango

Publicada por:

[imprimir](#)

- 5'
- 4'
- 4



Comentario nutricional

El mero presenta una buena fuente de vitamina B1, que ayuda a combatir el estrés y la depresión.

## Modo express

1. Corte el mero en cuadraditos y mézclelos con el zumo de limón. Introdúzcalos en la nevera durante 30 minutos
2. Vierta 3 medidas de agua en la cubeta. Disponga los camarones en la cesta de cocina al vapor e introduzca esta en la maquina. Cierre la tapa y programe el menú Vapor 5 minutos a 100°C. Deje enfriar.

3. Saque el mero de la nevera y añádele los camarones pelados y el zumo de lima. Introduzca la mezcla de nuevo en la nevera durante 15 minutos más.
4. Pique el tomate, la cebolla y el mango. Machaque el cilantro y añádalo a la picada.
5. Saque el preparado de la nevera y añádele el zumo de naranja, el tomate frito y la picada que acaba de preparar. Mezcle.
6. En el momento de servir, añada el aguacate cortado en cubitos.