

CEVICHE DE MEJILLONES



| Fácil



| 20 min.



| 4 raciones



| 1,7 €/ración

INGREDIENTES

- 2 latas mejillones al natural
- 2 cebollas moradas
- 2 tomates
- 2 dientes de ajo
- 20 g cilantro
- 350 ml jugo de limón
- 50 g jengibre
- 5 g pimienta
- Sal




ALÉRGENOS



ELABORACIÓN

1. Picar el cilantro y los ajos.
2. Pelar y cortar el jengibre en *brunoise* (en cubitos).
3. Cortar la cebolla en pluma.
4. Cortar el tomate por la mitad, quitar las semillas y cortar el resto en cubos.
5. Poner en un cuenco el ajo, el jengibre, el tomate, la sal y la pimienta. Mezclar.
6. Añadir los mejillones y el cilantro. Mezclar.
7. Añadir la cebolla y el jugo de limón. Mezclar.
8. Tapar con film y dejar marinando 20 minutos en la nevera.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	energía	hidratos de carbono	azúcares	grasas	grasas saturadas	proteínas	fibra	sal
Por ración	57 Kcal	9,4	9,1 g	0,3 g	0,0 g	3,1 g	2,4 g	0,2 g

NUTRI-SCORE



¡EVITA EL DESPERDICIO!

- Tanto el cilantro como el jengibre, son alimentos que solemos comprar y utilizar esporádicamente y acabamos por desperdiciarlos, para evitarlo, el mejor es cortar y rallar (en el caso del jengibre) y guardar en bolsas de congelación para poder ir utilizando a la medida que se necesite.

CONSEJOS CONSCIENTES

- Si los mejillones están en temporada puedes comprarlos frescos y hervirlos.