

Ensalada de Macarrones y Camarones

Tutty Blanche
Estados Unidos
Porciones: 4-6 personas
Rinde: 7 tazas
Tiempo: 45 minutos

Ingredientes

Pasta:

1/2 libra (8 onzas) de macarrones de harina de trigo integral
1/2 libra de camarones pequeños, retirar la vena y la cola
1 lata de 8 onzas de piña en trozos con jugo
1 naranja, pelada y trozada
1 tomate grande, cortado en dados
1 cebolla roja mediana, cortada en dados
Sal al gusto

Aderezo:

1 cucharada de vinagre de manzana
Jugo reservado de la lata de piña
Jugo y cáscara rallada de 1 limón
2 cucharaditas de mostaza
1 cucharada de miel
1/4 taza de aceite de oliva
1 cucharadita de sal

Instrucciones

- Llene una olla con agua, una pizca de sal y lleve a punto de hervir. Cocine la pasta según las instrucciones de la caja.
- Mientras se cocina la pasta, llene una olla pequeña con agua y una pizca de sal y lleve a punto de hervir. Agregue los camarones y cocine hasta que estén firmes y de color rosado, por aproximadamente 2 minutos. Escorra y enjuague en agua fría.
- Mientras la pasta y los camarones se cocinan, bata el vinagre, jugo de piña, jugo de limón, cáscara de limón, mostaza, miel y sal en un tazón. Incorpore lentamente el aceite de oliva y bata hasta que la preparación esté espesa y cremosa.
- Escorra la pasta y enjuague con agua fría. Escorra bien.
- Mezcle la pasta, con los camarones, la piña, la naranja y las cebollas. Vierta el aderezo encima, mezcle suavemente y refrigere por 20 minutos.

¿Sabía Usted?

El vinagre de manzana mejora la circulación y la digestión.

