

La Comida Deliciosa

Recept – recipe - receta



Gegrilde mantelschelpen met bladsla en sinaasappel

Voorgerecht (4 personen)
20 minuten

- 50 gram mihoen
- 2 sinaasappels
- ½ eetlepel vissaus
- 4 eetlepels chilisaus
- 15 gram koriander
- 1 bosuitje
- 75 gram bladsla
- 12 mantelschelpen
- Grillpan

Bereid de noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd in stukken.

Snijd met een scherp mes de schil en het witte vlies van de sinaasappels. Snijd de partjes vruchtvlies los van de vliezen, zodat je het vruchtvlies er gemakkelijk met je mes tussenuit kunt halen. Vang het sap op.

Meng 2 eetlepels sinaasappelsap met de vissaus en 2 eetlepels chilisaus tot een dressing. Snijd de koriander fijn en de bosui in ringen.

Meng de noedels, sinaasappelpartjes, dressing, koriander en bosui in een kom. Verdeel de bladsla over de vier bordjes. Verdeel het noedelmengsel erover.

Grilled scallops with leaf lettuce and orange

First course (4 persons)
20 minutes

- 50 grams of noodles
- 2 oranges
- ½ tbsp. of fish sauce
- 4 tbsp. of chili sauce
- 15 grams of coriander
- 1 spring onion
- 75 gram of leaf lettuce
- 12 scallops
- Grill pan

Prepare the noodles according to the instructions on the packing. Slice in pieces.

Slice with a sharp knife the peel and the white skin of the oranges. Cut the parts of the flesh of the fruit loose of the skins, so you can take the flesh of the fruit easily out with a knife. Catch the juice.

Mix 2 tbsp. of orange juice with the fish sauce and 2 tbsp. of chili sauce till a dressing. Cut the coriander fine and the spring onion in rings.

Mix the noodles, the orange parts, dressing, coriander and spring onion in a bowl. Divide the leaf lettuce at four plates. Divide the noodle mixture on it.

Vieiras asada con lechuga hoja de roble y naranja

Entremeses (4 personas)
20 minutos

- 50 gramos de fideos de arroz
- 2 naranjas
- ½ cucharada de salsa de pescado
- 4 cucharadas de salsa de chile
- 15 gramos de culantro
- 1 cebolleta
- 75 gramos de lechuga hoja de roble
- 12 vieiras
- cacerola de la parrilla

Prepara los fideos de arroz según los instrucciones en el embalaje.

Corta con un cuchillo afilado la cáscara de naranja y el piel blanco de las naranjas. Corta suelto los partes de pulpa de frutas de los pieles, de modo que puedes sacar la pulpa de frutas fácilmente con tu cuchillo. Recoge el zumo.

Mezcla 2 cucharadas del zumo de naranja con la salsa de pescado y 2 cucharadas de salsa de chili hasta un aliño. Corta el culantro trocitos y la cebolleta en anillos.

Mezcla los fideos de arroz, los partes de naranja, aliño, culantro y cebolleta en un cuenco. Divide la lechuga hoja de roble en cuatro platos. Divide el mezcla de fideos de arroz sobre lo.

	<p>Dep de mantelschelpen droog en schep om met de rest van de chilisaus. Verhit de grillpan zonder olie of boter en gril de mantelschelpen 3 minuten. Keer halverwege. Leg op elk bordje 3 mantelschelpen en serveer.</p>	<p>Pat the scallops dry and stir them with the rest of the chili sauce. Heat the grill pan without oil or butter and grill the scallops for 3 minutes. Turn halfway. Put on each plate 3 scallops and serve.</p>	<p>Humedezce las vieiras seco y remueve con el resto de salsa de chili. Caliente el cacerola de la parrilla sin aceite o mantequilla y asa los vieiras para 3 minutos. Cambia a mitad. Pon en cada plato 3 vieiras y sirve.</p>
--	---	--	---