

ANTIPASTI

Insalata di gamberi al cocco

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

15 min

COTTURA

10 min

Ingredienti per 4 persone

Zucchine novelle	4
Riso basmati	120 g
Fiori di zucca	6
Gamberi	500 g
Cocco essiccato e grattugiato	80 g
Lattughino	100 g
Cipolla	1
Aceto di mele	
Curry	1 cucchiaino
Olio d'oliva	6 cucchiari
Sale	
Pepe	

Preparazione

- 1 Insaporite le zucchine, dopo averle tagliate a julienne, con 2 cucchiari di aceto, 2 cucchiari di olio, sale e pepe. Coprite le zucchine e lasciatele marinare in frigorifero almeno per un paio d'ore.
- 2 Portate a ebollizione 20 cl di acqua. Aggiungete il cocco, spegnete il fuoco, mettete il coperchio e, dopo una mezz'ora, filtrate il liquido attraverso un telo o un colino molto fitto.
- 3 Rosolate la cipolla affettata in un tegame con 4 cucchiari di olio. Unite, nell'ordine, i gamberi, il curry, il latte di cocco filtrato, sale e pepe.
- 4 Cuocete i gamberi a fuoco vivace per 5 minuti in modo da ottenere un sughetto piuttosto denso e ristretto. Private i fiori di zucca del gambo e del pistillo, lavateli e asciugateli con cura.
- 5 Strizzandole un po' con le mani, togliete le zucchine dalla marinata. Mondate, lavate e asciugate il lattughino. Lessate il riso, raffreddatelo sotto l'acqua corrente e scolatelo con

molta cura.

6

Conditelo subito con le zucchine e i gamberi tiepidi e il loro sugo. Mescolate, decorate con i fiori di zucca e servite.