



PANANG CURRY

DE LANGOSTINOS CON ARROZ JAZMÍN

Elige un plato llano y crea una base con la ENSALADA, sobre ella coloca los GARBANZOS CON VERDURAS y los PICATOSTES DE TOMATE Y ORÉGANO, termina aliñando la ensalada con la cantidad deseada de VINAGRETA DE MENTA.

INTOLERANCIAS



INSTRUCCIONES DE PREPARACIÓN

3 MINUTOS



Antes de preparar, sacar de la nevera 15 minutos. Regular el microondas a máxima potencia. Calentar los ingredientes justo el tiempo indicado, especialmente carnes y pescados; si se calientan más tiempo pierden calidad.



ABRIR EL FILM



CALENTAR



EMPLATAR



DISFRUTAR

INGREDIENTES

	1 RACIÓN	2 RACIONES
• SALSA DE CURRY	30''	1'
• VERDURAS CON LANGOSTINOS	1'	2'
• ARROZ JAZMÍN	30''	1'
• ANACARDOS E HIERBAS FRESCAS		

EMPLATADO

Elige un plato llano y crea una base con la ENSALADA, sobre ella coloca los GARBANZOS CON VERDURAS y los PICATOSTES DE TOMATE Y ORÉGANO, termina aliñando la ensalada con la cantidad deseada de VINAGRETA DE MENTA.