

Ceviche de champiñones

Ingredientes

- 100 g de champiñones limpios y cortados en finas láminas
- 50 cc de aceite de oliva
- 2 cucharaditas de pimentón verde cortado en cubos pequeños
- 2 cucharaditas de pimentón rojo cortado en cubos pequeños
- 50 cc de jugo de limón
- 1 pizca de jengibre rallado
- ¼ de palta cortada en cubos pequeños
- ½ cebollín cortado finamente
- 2 cucharadas de cilantro picado finamente
- 1 pizca de sal
- Pimienta negra molida
- 1 cucharadita de sésamo tostado

Preparación

- En una fuente disponer los champiñones laminados, los pimentones cortados, el jengibre rallado y el cebollín cortado finamente.
- Unir los ingredientes y agregar la palta, el cilantro, el jugo de limón, el aceite de oliva, la sal, la pimienta y el sésamo tostado. Mezclar todos los ingredientes suavemente para evitar que la palta se mueva.
- Disponer el ceviche en 8 cucharas de sopa o enlozadas, también lo puede hacer en pocillos pequeños si así lo desea.

Información nutricional

1 porción

Energía (Kcal)	126
Proteínas (g)	0,6
Lípidos (g)	12,6
Colesterol (mg)	0
Hidratos de Carbono (g)	2,4
Sodio (mg)	51,5
Índice Glicémico (IG)	Bajo



4 porciones



Nivel: Fácil



30 minutos