

Σαλάτα με γαρίδες, μάγκο, ντοματίνια, φασολάκια, βινεγκρέτ πορτοκάλι

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



ΥΛΙΚΑ

- Για τη σαλάτα με γαρίδες
 - 16 γαρίδες μεγάλες, καθαρισμένες, με κεφάλι και ουρά
 - 5 γρ. ξύσμα πορτοκάλι
 - 100 γρ. χυμό πορτοκάλι
 - 600 γρ. ανάμεικτα σαλατικά
 - 200 γρ. μάγκο, σε λεπτές φέτες
 - 160 γρ. φασολάκια βρασμένα, κομμένα σε μικρά κομμάτια
 - 160 γρ. ντοματίνια, κομμένα σε τέταρτα
 - 300 γρ. βινεγκρέτ πορτοκάλι
 - λίγο δυόσμο φρέσκο
 - αλάτι

ΓΙΑ 4 ΜΕΡΙΔΕΣ

45 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη σαλάτα με γαρίδες Μαρινάrouμε τις γαρίδες με το χυμό και το ξύσμα από πορτοκάλι για 20 λεπτά.

Αλατίζουμε τις γαρίδες και από τις 2 πλευρές και τις ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C για 5-7 λεπτά.

Σε ένα μπολ αναμειγνύουμε τα σαλατικά με το μάγκο, τα φασολάκια, τα ντοματίνια και το δυόσμο.

Προσθέτουμε τη βινεγκρέτ, αλατίζουμε και ανακατεύουμε καλά.

Σερβίrouμε με τις γαρίδες.

Πηγή: yiannislucacos.gr