

Insalata di scampi e pompelmo

L'insalata di scampi e pompelmo, un piatto leggero e di carattere dove la dolcezza del crostaceo si fonde con l'acidità dell'agrume in un piatto equilibrato perfetto per i pranzi di fine estate.



45'



4 persone

Ingredienti

- 1 kg Scampi
- 3 pz Zucchine
- 3 pz Carote
- 1 pz Pompelmo
- 1 pz Finocchio
- Q.b. Olio aromatizzato al pompelmo
- Q.b. Sale
- Q.b. Pepe

Procedimento

Iniziare pulendo gli scampi, avendo cura di togliere l'intestino, lasciarne qualcuno intero incidendo solamente il corpo.
Pelare il pompelmo e, con un coltello sottilissimo, ricavare gli spicchi senza l'albedo.
Conservare il succo fuoriuscito durante l'operazione e mescolarlo all'olio di oliva creando così un'emulsione. Tagliare il finocchio a julienne finissima (meglio in affettatrice) e marinarlo con l'emulsione al pompelmo, un po' di sale e pepe.
Tagliare a strisce sottilissime anche zucchine e carote, adagiare su una teglia forata e infornare secondo tabella.

FASE	TEMPERATURA	TEMPO	SONDA	UMIDITA'	VENTOLA	PRERISCALDAMENTO
1	92°	5'	/	100%	V4	ON

Porre gli scampi puliti e quelli incisi su una teglia forata e procedere alla cottura.

FASE	TEMPERATURA	TEMPO	SONDA	UMIDITA'	VENTOLA	PRERISCALDAMENTO
1	99°	3'	/	100%	V5	ON

Composizione del piatto

Assemblare il piatto ponendo sul fondo le strisce di zucchine e carote, poi il finocchio marinato, quindi adagiare scampi e pompelmo a formare una corona decorata con i baffi di finocchio e uno scampo intero.

Consigli dello chef

Più sottili vengono tagliate le verdure e più saranno piacevoli al palato.
Non cuocere troppo gli scampi altrimenti la polpa potrebbe risultare stopposa.