



MAZZANCOLLE ALL'ARANCIA  
SU INSALATA DI PERE,  
CAROTE E FINOCCHIO



# INGREDIENTI

- 1 busta di Mazzancolle tropicali sgusciate Arbi 400g
- 2 pere
- 1 bicchiere di spremuta di arancia
- 3 carote
- 1 finocchio
- olio extravergine di oliva qb
- sale e pepe qb
- 1 bicchierino di brandy (opzionale)



- 1 Decongela le mazzancolle sotto acqua corrente fredda, mettile quindi a marinare in una terrina per circa 30 minuti, con un pizzico di sale, un filo d'olio e il succo dell'arancia. Nel frattempo lava l'insalata, le pere, le carote e il finocchio. Procedi tagliando le pere a fettine, le carote e il finocchio alla julienne. Metti il tutto in una scodella e condisci con olio e sale.
- 2 A fuoco vivo, salta in padella le mazzancolle, aggiungendo il succo d'arancia utilizzato per la marinatura. A piacere, per un tocco più aromatico, aggiungi un bicchierino di brandy e fai sfumare. Cuoci per circa 2/3 minuti.
- 3 Per ciascuna porzione, disponi l'insalata con le pere, le carote e il finocchio. Aggiungi le mazzancolle e bagna utilizzando la salsa di cottura.

