


Concurso "Culturas conectadas"

Modalidad Receta

Ficha de la Receta		Nº receta (a rellenar por la organización):
Título de la receta	ENVUELTO DE CACAHUETE CON GAMBAS Y PESCADO SECO ACOMPAÑADO DE ENVUELTO DE YUCA	
Región y/o país	Originaria de la región de Evinayong Centro Sur. De la Etnia Fang Guinea Ecuatorial	
Ingredientes	300g de crema de cacahuete. 500g de Gambas crudas. 300g de pescado seco variado. 500ml de Caldo de pescado. Picante Sal	
Acompañamiento	3K de Yuca . 4 Hojas de plátano	
Modo de Elaboración	<p>Poner el caldo de pescado a ebullición con las Gambas, el pescado seco, picante y sal durante unos 20m Después introducir la crema de cacahuete y remover hasta conseguir que se integre todos los ingredientes. Tomar las dos hojas de plátano pasarlas por el fuego, por los dos lados unos 3s, para que no se rompan durante el manejo. Tomar una fuente o un envase de plástico hondo, colocar las dos hojas de plátano en forma de cruz e introducir poco a poco la mezcla de cacahuete y envolverlo y atarlo con un cordel después llevar el envuelto a ebullición durante 1h. ELABORACION DE LA YUCA Pelar toda la yuca, rallarla o triturarla previamente lavada y con la masa hacer unos pequeños envueltos con hojas de plátanos por persona, y llevarlo a ebullición durante 30m</p>	
Fotografía de la receta (al menos una)		

Cofinanciado por: