Cigalas salteadas con hojas de lechuga

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Irene Delafú

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Medio

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 12 cigalas medianas
- 1 diente de ajo
- 1 lechuga
- Aceite de oliva virgen
- Sal

Preparación:

Paso 1

Pela las cigalas, retirando la cabeza y el caparazón de las colas. Córtalas por la mitad a lo largo y sazónalas. Limpia bien la lechuga y trocéala en juliana fina. Pela y pica el ajo en láminas finas. Pon un poco de aceite en una sartén, añade el ajo, dóralo un poco e incorpora las colas de cigala y las hojas de lechuga. Saltea todo brevemente y sirve.