

Mazzancolle gratinate al mandarino e pistacchi

Gusta le mazzancolle in una ricetta facile e saporita abbinate a mandarini e pistacchi: una vera delizia da provare!



Un **antipasto a base di pesce** e dai profumi autunnali: le mazzancolle sono abbinate al succo di **mandarino** e ai **pistacchi** sbriciolati. Provalo per una cena a base di pesce o un piatto veloce per assaporare il gusto di queste deliziosi crostacei.

Difficoltà: bassa

Costo: medio

Tempo di preparazione: 20 min.

**Ingredienti
per 1 persona**

150 g di mazzancolle Despar Premium

Il succo di 1 mandarino

5 pistacchi sgusciati non salati Bio,Logico Despar

1 fetta di pane integrale rafferma

1 ciuffetto di prezzemolo

1 pezzettino di aglio

1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar

Sale e pepe nero q.b.

Procedimento:

1. Priva le mazzancolle del carapace e del filo intestinale (non della testa), lavale bene.
2. Trita in un mixer il pane con il succo di mandarino, i pistacchi, qualche fogliolina di prezzemolo, l'aglio, il sale e il pepe.
3. Adagia le mazzancolle in una leccarda rivestita con carta forno e cospargile con la farcia. Cuoci in forno preriscaldato a 160 °C per 15 minuti.
4. Completa con un filo d'olio a crudo.