



Puedes ver el vídeo en nuestra página web [www.glotonessingluten.com](http://www.glotonessingluten.com), en nuestro canal de Youtube o en el siguiente link: <https://youtu.be/RuL9yA-bQTW>

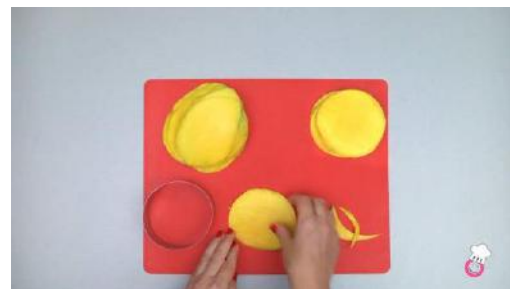
#### Ingredientes

Mango  
Espinacas  
Jamón de pato  
Grosellas  
Avellanas  
Aceite  
Vinagre de Jerez  
Miel  
Sal  
Pimienta negra molida sin gluten

glotoness  
sin gluten



Cortamos el mango en capas muy finas. ¡Estas serán la base de nuestro milhojas de mango sin gluten!



Recortamos con un molde para que las rodajas tengan una forma redondeada.



A continuación, prepararemos un aliño que le dará al plato un toque distintivo. Para ello mezclaremos:

- aceite,
- vinagre de Jerez,
- miel,
- sal y pimienta negra molida sin gluten.

¡Y removemos bien!



Acto seguido, nos disponemos a montar el milhojas. Ponemos primero una lámina de mango, después tres lonchas de jamón de pato y tres hojas de espinacas. ¡Y repetimos el proceso una vez más!



Por último, colocamos una capa de mango, una hoja de espinaca, unas grosellas que aportarán color y sabor, y aliñamos con la vinagreta preparada anteriormente.



Para rematar, echamos por encima unas cuantas avellanas machacadas, ¡y listo!