

Receta de Ensalada de Queso Fresco y Sardinias

20 Oct 2014



Buenos días a tod@s, para este lunes os dejo una nueva receta de ensalada, y en esta ocasión se trata de una ensalada muy rica y fácil de preparar, os servirá para rebajar un poquito los excesos del fin de semana.

Ingredientes

- Lechuga (una)
- Queso fresco desnatado
- Espárragos (un tarro)
- Sardinias en aceite (una lata)
- Tomates (uno o dos)
- Aceite de oliva
- Vinagre de Módena
- Sal gorda
- Pimienta negra

Modo de Preparación

1. Lavar y picar la lechuga a vuestro gusto y colocar en una fuente
2. Con un picador de verduras o la batidora, picar el tomate junto con una cucharada de aceite, un poco de vinagre de módena, un poco de sal gorda y un poquito de pimienta negra molida
3. Colocar encima de la lechuga las sardinias escurridas
4. Alrededor de la fuente poner los espárragos
5. Cortar el queso en taquitos y ponerlos por encima
6. Aderezar con la salsa de tomate triturada y....buen provecho!!!