

Receta de Ensalada de Granadas y Atún

07 Oct 2014



Buenos días a tod@s, como ya estamos en otoño, para hoy os dejo esta receta realizada con una de las frutas propias de esta estación, espero que os guste porque queda muy rica.

Ingredientes

- Granadas (dos o tres)
- Atún en aceite (dos latas medianas)
- Tomate (uno rojo y grande)
- Pimiento verde (uno o dos)
- Zanahoria rallada (una o dos)
- Cebolla o cebolleta (una o dos)
- Aceite de oliva
- Vinagre
- Sal

Modo de Preparación

1. Pelar las granadas y desgranarlas en una fuente
2. Picar el tomate, el pimiento y la cebolla, todo en trocitos pequeñitos y ponerlo encima de las granadas
3. Añadir el atún desmenuzado y la zanahoria rallada
4. Aliñar con vinagreta de aceite, sal y vinagre, procurando que quede un poco fuerte
5. Tomar fresquita y....buen provecho!!!