

## Receta de Ensalada de Arroz Primavera

28 Mar 2016



Buenos días a tod@s, espero que lo hayáis pasado fenomenal en estos días de Fiesta y como seguro que la mayoría habéis hecho algún exceso con la dieta, para hoy os dejo una **ensalada de arroz primavera**, que seguro vendrá bien a toda vuestra familia.

### Ingredientes

- Arroz largo u otro de grano suelto (una taza por comensal)
- Huevos cocidos o en tortilla francesa (cuatro o cinco)
- Jamón York (unos 200grs)
- Queso cheddar, gouda u otro (150 grs)
- Guisantes (un bote mediano)
- Zanahoria cocida en tiritas (al gusto)
- Mayonesa casera o aceite de oliva (según gustos)

### Modo de Preparación

1. Poner a cocer el arroz el tiempo necesario para que quede un poco entero y suelto
2. Escurrirlo y echar un poquito de aceite de oliva, mezclar bien y dejar enfriar
3. Cocer los huevos con agua y un poco de sal, o hacerlos en tortilla francesa
4. Cortar el jamón en cuadraditos y poner en un bol
5. Picar los huevos o la tortilla en trocitos y añadirlos
6. Partir el queso en tiritas y añadirlo al bol, mezclar todo
7. Añadir el arroz, las tiritas de zanahorias, los guisantes y mezclar con los demás ingredientes
8. Aderezar con aceite de oliva o con mayonesa, según vuestro gusto
9. Meter al frigorífico hasta el momento de consumirla y.....buen provecho!!!