

Receta de Ensalada Templada de Verano

25 Jul 2016



Buenos días a tod@s, hoy desde esta Web de Recetas quiero felicitar a tod@s los que Celebran su Onomástica ya que celebramos el día de **Santiago Apóstol**, y como hace bastante calor, os dejo esta refrescante **Ensalada de Verano** que os encantará.

Ingredientes

- Tallos de espárragos (un Bote)
- Zanahoria rallada (una bolsa o tarro)
- Remolacha rallada (una bolsa o tarro)
- Pimiento verde (uno)
- Tomate natural (unos trozos)
- Champiñones (uno 300grs)
- Berenjena en rodajas (dos o tres rodajas)
- Mayonesa casera o Vinagreta (según vuestro gusto)

Modo de Preparación

- Preparar en un plato o fuente los tallos de espárragos escurridos
 - Trocear el pimiento en trozos no muy grandes
 - Añadir la zanahoria y remolacha ralladas y poner unos trozos de tomate
 - Lavar la berenjena y cortarla en rodajas un poco gruesas dejando la piel, asar en el horno a 180° hasta que esté blandita
 - Lavar los champiñones, partarlos en láminas y hacerlos en una sartén con un poco de aceite, ajo y perejil
 - Colocar las berenjenas y los champiñones en la fuente o plato
 - Aliñar con un poco de mayonesa casera o si preferís con aceite, sal y vinagre
 - Servir templada y....buen provecho!!!
-