

## Receta de Ensalada de Mar y Tierra

29 Jul 2016



Buenos días a tod@s, como veo que os gustan bastante los platos fresquitos, para hoy os dejo esta rica **Ensalada de Mar y Tierra**, estoy segura que también os va a gustar, a mí particularmente me encantó cuando la probé y espero que a vosotr@s también os guste.

### Ingredientes

- Zanahorias ralladas (un frasco)
- Remolacha en tiritas (un frasco)
- Palitos de cangrejo (una bolsa)
- Gambas cocidas (250grs)
- Palmitos en rodajitas (al gusto)
- Maiz (unos granitos)
- Perejil picado (opcional)
- Salsa rosa o de yogur (opcional)

### Modo de Preparación

1. Preparar en una fuente o plato las zanahorias y la remolacha en tiritas
2. Partir en rodajas los palitos de cangrejo, los corazones de palmito
3. Colocar las gambas cocidas y peladas y unos granos de maíz al gusto, espolvorear un poquito de perejil molido
4. Rociarlo todo con una salsa rosa o salsa de yogur, según vuestro gusto
5. Servir muy fresquita y....buen provecho!!!