

Receta de Ensalada de Judias con Picatostes

19 Oct 2016



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo una receta de legumbres, ya sabemos que son buenas para nuestro organismo así que debemos tomarlas siempre que podamos y en esta ocasión así preparadas resultan muy ricas para toda la familia.

Ingredientes

- Judías blancas (300grs)
- Tomates (uno)
- Huevos cocidos (uno o dos)
- Cebolla (una mediana)
- Pimiento verde (uno mediano)
- Picatostes de pan frito (al gusto)
- **Para la vinagreta:**
- Vinagre (tres cucharadas)
- Aceite de oliva (tres cucharadas)
- Sal (al gusto)

Modo de Preparación

1. Cocer las alubias o ponerlas de bote ya hervidas, escurrir el caldo y poner en una fuente
2. Picar las verduras y los huevos en trocitos a vuestro gusto y echarlas sobre las judías
3. Preparar la vinagreta con los ingredientes citados
4. Mezclar bien y regar todo con la vinagreta preparada
5. Freír unos picatoste de pan que queden doraditos
6. Colocar los picatostes alrededor de la ensalada y....buen provecho!!!