

Receta de Ensalada De Pollo Con Arroz Y Huevos

22 Abr 2014



Buenos días a tod@s, quiero agradeceros el apoyo que me prestáis diariamente en este Blog de Recetas de RT, y para hoy que se celebra el día de San Juan os dejo una nueva ensalada muy fresquita y nutritiva para toda la familia y mis felicitaciones para todos los Juanes y Juanitas.

Ingredientes

- Pollo magro de pechuga (un trozo)
- Arroz (una taza por persona)
- Huevos de codorniz (cuatro o cinco)
- Lechuga (una)
- Tomates (dos o tres)
- Guisantes (un bote pequeño)
- Zanahorias (dos o tres)
- Mayonesa casera
- Aceite de oliva
- Sal y Pimienta
- Zumo de limón (unas gotas)

Modo de Preparación

1. Cocer el arroz con el pollo troceadito, los guisantes y las zanahorias partidas en trocitos pequeños y sal al gusto
2. Escurrir el caldo, mezclarlo todo con la mayonesa y colocar en el centro de una fuente
3. Cocer los huevos de codorniz o de gallina, como mejor queráis, pelarlos y partarlos por la mitad
4. Picar y lavar la lechuga, partirla en juliana y colocarla alrededor del arroz
5. ZPartir los tomates en rodajas y colocar encima de la lechuga alternando con los huevos partidos por la mitad
6. Poner en un frasco un poco de aceite, sal, pimienta negra y unas gotas de limón, agitarlo bien y aderezar la ensalada con esta mezcla y... buen provecho!!!