

Receta de Ensalada de Brotes Verdes con Frutos Secos y Aguacate

29 Mayo 2018



Buenos días a tod@s, para hoy nuestra amiga y seguidora **Magdalena Migueles** nos ha enviado esta rica receta de **Ensalada de Brotes Verdes con Frutos Secos y Aguacate**, nos recomienda que la preparemos porque queda muy rica y seguro que nos gustará esta mezcla de sabores.

Ingredientes

- Ensalada variada (lechuga, canónigos, escarola, lombarda etc. una o dos bolsas)
- Aguacate (uno o dos)
- Fresas troceadas (al gusto)
- Frutos secos (nueces, cacahuetes, avellanas etc.) (al gusto)
- Aceite de oliva
- Vinagre
- Sal

Modo de Preparación

1. Lavar bien las lechugas y colocarlas en una fuente
2. Pelar los aguacates, hacerlos trozos y añadirlos a la fuente
3. Lavar las fresas y cortarlas en trocitos, esparcir por encima de la ensalada
4. Añadir los frutos secos elegidos
5. Aliñar con el aceite, sal y vinagre al gusto
6. Servir...y buen provecho!!!