

Receta de Ensalada de Verano

13 Jul 2018



Buenos días a tod@s, para soportar los calores veraniegos no hay nada mejor que una buena ensalada para comer, por eso he pensado que para hoy os dejo esta rica **Ensalada de Verano** que seguro que os va a encantar.

Ingredientes

- Patatas medianas (dos o tres)
- Tomate (uno grande)
- Espárragos blancos (seis)
- Huevos cocidos (dos)
- Atún en aceite (una o dos latitas)
- Aceitunas sin hueso (ocho o diez)
- Cebolleta (una)
- Ajos (un diente)
- Aceite de oliva
- Sal
- Vinagre de manzana
- Perejil picado (una cucharadita)

Modo de Preparación

1. Cocer las patatas con piel en agua con un poco de sal durante unos 20/25 minutos, dejar que se enfríen y pelarlas
2. Lavar el tomate y cortarlo en rodajas no muy gruesas
3. Cortar la cebolleta en juliana o en trocitos según vuestro gusto
4. Cortar los espárragos en trozos y las aceitunas en rodajitas
5. Machacar el diente de ajo con un poco de sal y añadir un chorro de aceite y remover
6. Cocer los huevos, pelarlos y cortarlos en rodajas
7. En una fuente colocar una base con las patatas cortadas en rodajas gorditas y ponerlas un poquito de sal
8. Colocar sobre las patatas las rodajas de tomate, los huevos troceados, el atún escurrido y desmenuzado, los espárragos, la cebolleta y las rodajas de aceitunas
9. Regar todo con el majado de ajo con aceite, poner un poco de vinagre de manzana y espolvorear con perejil picado
10. Servir fresquita y....buen provecho!!!