



ENSALADA AZTECA

Ingredientes:

Para la ensalada:

- 2 aguacates picados en cubos
- 2 cucharadas de jugo de limón
- 1 lechuga desinfectada
- 4 jitomates guaje, rebanados
- 1 pimiento verde, picado en cuadros
- 400 g de frijoles enteros cocidos y escurridos
- 2 cucharadas de cilantro, picado

Para la vinagreta:

- 1 taza de aceite de oliva (250 ml)
- ¼ de taza de vinagre de manzana (60 ml)
- ¼ de taza de salsa de soya (60 ml)
- 1 limón, solo el jugo
- Sal y pimienta al gusto

Procedimiento:

1. Mezcla los aguacates con el jugo de limón. Reserva.
2. Acomoda las verduras en un platón, agrega los frijoles, el aguacate y el cilantro. Reserva.
3. Para la vinagreta, licúa todos los ingredientes y sazona con sal y pimienta. Ofrece la ensalada bañando con un poco de vinagreta.

Tiempo de preparación:

10 minutos

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

4