

ENSALADA DE BERROS Y BETABEL

Ingredientes:

- 2 manojos de berros limpios y desinfectados (sólo hojas)
- 2 piezas betabel medianas
- 2 piezas pera verde en láminas
- 200 g queso de cabra natural
- 50 g nuez troceada
- 3 piezas limón verde
- 1 pieza limón amarillo
- 1 pieza naranja
- 1 cucharadita azúcar
- ½ cucharadita sal
- 200 ml aceite de oliva
- Papel aluminio

Horno precalentado a 180°C

Procedimiento:

1. Lava y desinfecta los betabeles, córtales la raíz y posteriormente coloca cada uno sobre papel aluminio, rocía un poco de aceite de oliva y sal, envuelve y hornea a 180 °C durante 1 hora. Enfría, retira la piel, corta por la mitad y después corta en láminas. Reserva.
2. Para la vinagreta, ralla la piel de los limones y la naranja y exprime su jugo, añade la sal y el azúcar. Finalmente incorpora el aceite de oliva en forma de hilo. Reserva.
3. Sobre un plato hondo coloca los berros, a continuación las láminas de pera y las láminas de betabel, espolvorea la nuez troceada alrededor y coloca un poco de queso de cabra por encima. Baña con la vinagreta.
4. Sirve y presenta.

Tiempo de preparación:

15 minutos

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

4