ENSALADA KING

Categoría: Ensalada

Dificultad: Fácil

​

Ingredientes:

* 1/2 lechuga
* 100 gramos ó 0.8 taza de arroz cocido
* 15 gramos ó 1 cucharada de aceitunas cortadas en rodajas
* 100 gramos de jamón ahumado cortado en bastoncitos​

Ingrediente para el aderezo

* 1/2 huevo
* 2 cucharadas de aceite vegetal (prefiero el aceite Canola)
* 1 cuchararita de moztaza Dijon
* 1 cucharada de jugo de limón
* Sal y pimienta al gusto

Nota: si no deseas hacer tu propio aderezo, lo puedes reemplazar con 1 cucharada de mayonesa

Opcional

1 cucharada de manzana verde rallada

1 huevo duro cortado en rodajas ​

Preparación

1. LAVAR muy bien las hojas de lechuga (personalmente me gusta limpiarlas con limón y vinagre)
2. Una vez que hayas lavado tu lechuga, CUBRIR el fondo de un plato diseñado para ensalada las hojas de lechuga, colocar el arroz mezclado con las rodajas de aceitunas y el aderezo.
3. UBICAR en el centro los bastones de jamón ahumado y alrederedor rodajas de huevo duro.​

Preparación para el aderezo

1. Mezclar los ingredientes batiendo hasta que resulte una preparación homogénea. ​
2. Servir acompañado de mayonesa a la que se habrá agregado una manzana rallada (opcional)