Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



ENSALADAS

Ensalada de pasta

1 ración 577 kcal

Ingredientes

- **80/100gr** de pasta
- **½** tomate cortado en dado pequeños
- **½** cebolla dulce pequeña cortada en brunoise
- **½** aguacate cortado en dados pequeños
- **½** latita de maíz dulce
- **2 rodajas** de piña pequeña cortada pequeñita
- **8**-10 Gambas cocidas cortadas en rodajitas
- **4** tronquitos de Mar cortados en rodajitas
- El zumo de ½ lima
- Aove
- Sal
- Pimienta

Elaboración

1. En una cacerola ponemos abundante agua, un poco de sal y un chorrito de aove, cuando esté hirviendo añadimos la pasta, retiramos cuando esté al dente y dejamos enfriar.
2. En un bol ponemos la pasta, el tomate, la cebolla, el aguacate, el maíz, la piña, las gambas, los tronquitos, el zumo de la lima, un poco de sal y pimienta, y por último un chorrito de aove.
3. Mezclamos todo muy bien y cuando estén todos los ingredientes integrados, servimos.

POR RACIÓN	28 g Proteínas	29 g Grasas	58 g Hidratos	11 g Fibra

Hecho con CookNest