MARÍA



ENSALADAS · VEGETARIANO

Ensalada Waldorf

2 raciones

Ingredientes

- Espinacas baby
- Manzana roja
- Manzana verde
- Pasas y nueces
- Sal, pimienta y aceite de oliva virgen extra
- Yogur
- Zumo de limón

Elaboración

1. En un recipiente con tapa, añadir las especias con el aceite de oliva virgen extra, el yogur y el zumo de limón, cerrar y agitar para emulsionar la salsa
2. Cortar en láminas las manzanas y pelar las nueces
3. Poner las espinacas en un plato, echar encima las láminas de manzana, los frutos secos y la salsa

RECOMENDACIONES

La receta es muy básica, pero es ideal como acompañamiento. De manera opcional se pueden añadir unos taquitos de jamón.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de MARÍA
cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy