MARÍA



ENSALADAS

Ensalada cítrica

1 ración

Ingredientes

- Lechuga y espinacas baby
- Quinoa
- Champiñones
- Tomate
- Pollo
- Naranja
- Huevo cocido
- Pesto
- Sal en escamas
- Sésamo
- Cherrys

Elaboración

1. Cocemos un huevo durante 8-10 minutos y la quinoa
2. Ponemos a macerar el pollo con sal, pimienta y pimentón
3. Pelamos y cortamos en tiras los champiñones, que rehogamos en una sartén con aceite de oliva virgen extra y sal
4. En la misma sartén, doramos el pollo y reservamos
5. En nuestro plato favorito ponemos una base de lechuga y espinacas baby, la quinoa, los champiñones, los cherrys y la naranja troceados, el pollo y el huevo cocido
6. Aliñamos con nuestro pesto casero, sal en escamas y semillas de sésamo

Hecho con CookNest

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