MARÍA 👨🏻‍🍳



ENSALADAS · VEGETARIANO

Ensalada de espinacas, pera y queso azul

2 raciones

Ingredientes

- Espinacas
- Brotes verdes
- Mantequilla
- Pera
- Tomate seco
- Queso azul
- Miel
- Mostaza
- Nueces
- Sal y aove

Elaboración

1. Preparar el aliño con miel, mostaza, aove y sal, emulsionar y reservar
2. Cocer las espinacas 5 minutos y pasarlas a agua fría para que mantengan el color
3. Añadir mantequilla a la sartén y poner la pera en láminas, dar vuelta y vuelta y dejarlas dorar
4. Emplatar los brotes verdes alternando con las espinacas, la pera dorada por encima, unos trozos de tomate seco y el queso azul
5. Añadir el aliño por encima y poner unas nueces troceadas

Hecho con CookNest

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