El Chefxu



ENSALADAS · VEGETARIANO

Ensalada de burrata con tomate

1 ración · 828 kcal

Ingredientes

MEJUNJE

- **50 gramos** de aceitunas verdes, o sea 47
- **3 hojas** de albahaca fresca
- Pimienta negra al gusto
- Un puñado de pipas peladas
- Frutos secos al gusto
- Un buen chorro de aceite de garrafón
- Unas 2 cucharadas de parmesano

ENSALADA

- **1** Tomate de huerto
- **1** burrata
- Alpiste para pájaros

POR RACIÓN

Proteínas	**30 g**
Grasas	**75 g**
Hidratos	**16 g**
Fibra	**5,6 g**

Elaboración

MEJUNJE

1. Poner en el mortero las aceitunas verdes, la albahaca, la pimienta negra, las pipas, el aceite y el parmesano
2. Machacar de nuevo hasta conseguir la textura deseada

MONTAJE

3. Cortar el tomate del huerto en rodajas
4. Formar una rueda con el tomate en el plato
5. Repartir el mejunje por puntos estratégicos de la ensalada
6. Decorar por encima con alpiste para pájaros

RECOMENDACIONES

El creador prefiere un buen queso manchego, pero usa burrata por la presentación.

Hecho con CookNest