HerZechef 👆



ENSALADAS

Ensalada de arroz

1 ración 562 kcal

Ingredientes

- **50 gr** de arroz por persona
- Tomate
- **1/2** cebolla
- Maíz dulce
- Palitos de cangrejo o surimi
- Dos o tres palitos de surimi cortados a trocitos
- Aceitunas cortadas en rodajitas
- Salsa cóctel
- Sal al gusto
- Aceite de oliva
- Vinagre

POR RACIÓN

Proteínas	15 g
Grasas	27 g
Hidratos	67 g
Fibra	4,7 g

Elaboración

1. Servir un cuenco de arroz
2. Añadir un tomate bien picadito
3. Añadir una cebolla cortada en daditos pequeños
4. Añadir unos granitos de maíz dulce
5. Añadir unas aceitunas cortadas en rodajitas
6. Añadir dos o tres palitos de surimi cortados a trocitos
7. Añadir sal al gusto, un chorrito de aceite de oliva y una cucharadita de vinagre
8. Mezclar todo
9. Añadir un buen chorrazo de salsa cóctel por encima

RECOMENDACIONES

Se puede añadir o quitar lo que se quiera.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto