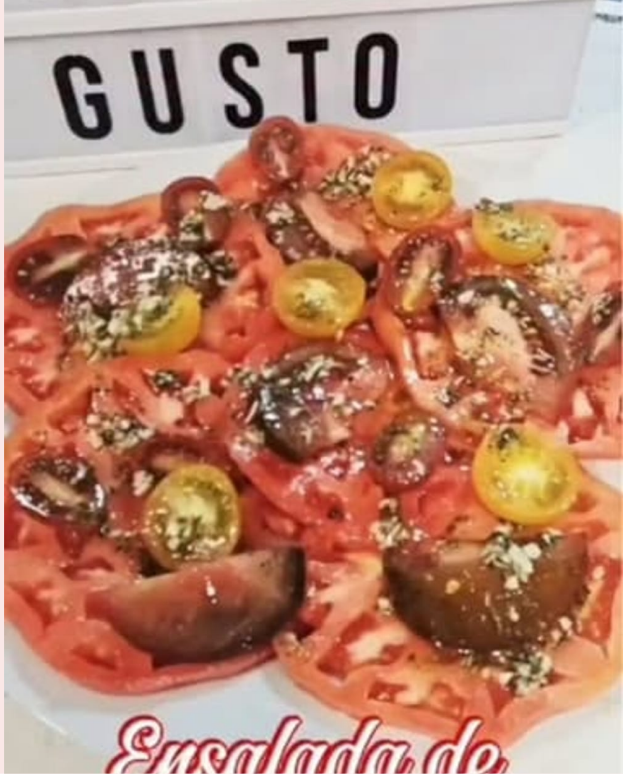
HerZechef 👆



ENSALADAS · VEGANO

Ensalada de tomates

1 ración 210 kcal

Ingredientes

- Un buen tomate grande
- Kumato
- Tomates cherry de colores
- Aceite de oliva
- **1 diente** de ajo
- **1 cucharadita** de orégano
- Vinagre
- Sal

POR RACIÓN

Proteínas	**3,7 g**
Grasas	**16 g**
Hidratos	**17 g**
Fibra	**5,3 g**

Elaboración

1. Cortar el tomate grande en rodajas y cubrir con ellas todo el fondo de un plato
2. Añadir gajos de Kumato y tomates cherry de colores
3. En un bol, mezclar el diente de ajo picado, la cucharadita de orégano, un buen chorro de aceite de oliva y un chorrito de vinagre
4. Antes de aliñar, añadir sal al tomate
5. Terminar aliñando por encima con el aceite de ajo y orégano

RECOMENDACIONES

Si los tomates son buenos, la ensalada queda espectacular.

Hecho con CookNest

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