HerZechef 👆




ENSALADAS · VEGETARIANO

# Ensalada de pepino

2 raciones  129 kcal

## Ingredientes

- 2 pepinos
- 2 cucharadas de yogur
- 1 cucharadita de mostaza
- Zumo de limón
- 8 o 9 pepinillos en vinagre
- Aceite de oliva
- Sal
- Pimienta negra

POR RACIÓN

| | |
|---|---|
| Proteínas | 3,1 g |
| Grasas | 8,6 g |
| Hidratos | 12 g |
| Fibra | 2,4 g |

## Elaboración

1. Pelar los pepinos
2. Trocear los pepinos en cubitos en un recipiente
3. Añadir un par de cucharadas de yogur, una cucharadita de mostaza y zumo de limón
4. Trocear los pepinillos en vinagre
5. Añadir un chorrito de aceite de oliva, sal y pimienta negra al gusto
6. Tapar y agitar

Hecho con CookNest

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