

ENSALADAS · VEGETARIANO

Ensalada de gazpacho con cuscús

2 raciones · 704 kcal

Ingredientes

- 200 gramos de cuscús crudo
- 320 ml de gazpacho bien fresquito
- Verduras favoritas, por ejemplo pepino, tomate y pimiento verde
- Un huevo duro
- Queso feta en daditos
- Aceite de oliva virgen extra
- Vinagre
- Sal
- Hojas de hierbabuena
- Semillas de chía

POR RACIÓN

Proteínas	24 g
Grasas	26 g
Hidratos	92 g
Fibra	8,9 g

Elaboración

1. Poner el cuscús en un táper y añadir el gazpacho, mejor si es casero
2. Dejar reposar unos 20 minutos en la nevera
3. Trocear las verduras favoritas
4. Sacar el cuscús de la nevera, remover bien y mezclar con las verduras y el huevo duro
5. Si se va a la playa, dejarlo en el táper; si se come en casa, servirlo en una ensaladera
6. Añadir el queso feta, el aceite de oliva virgen extra, un poco de vinagre y sal
7. Mezclar todo bien
8. Puedes añadir hojas de hierbabuena y semillas de chía

RECOMENDACIONES

Es perfecta para llevar en un táper a la playa. Admite cualquier combinación de verduras.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta