

ENSALADA DE COLIFLOR Y BRÓCOLI



Ingredientes:

- ✓ 1 coliflor
- ✓ 1 brócoli
- ✓ 3 dientes de ajo
- ✓ 1 cda. de pimentón
- ✓ Sal y pimienta
- ✓ 5 tomates chery
- ✓ 2 cdas. salsa de soja
- ✓ 2 cdas. de vinagre de vino blanco
- ✓ 2 cdtas. de azúcar moreno
- ✓ 3 cdas. de Aceite de Sésamo La Masía
- ✓ Aceite Excelencia La Masía

Preparación:

- Paso 1** En una olla con agua, escaldamos los tallos de 1 coliflor y 1 brócoli con sal. Reservamos.
- Paso 2** En una sartén con Aceite Excelencia La Masía, sofreímos 2 dientes de ajo picados, el brócoli y la coliflor y 1 cda. de pimentón. Reservamos.
- Paso 3** En un tarro de cristal pequeño, añadimos 2 cdas. de salsa de soja, 3 cdas. de Aceite de Sésamo La Masía, 2 cdas. de vinagre de vino blanco, 2 cdtas. de azúcar moreno, 1 diente de ajo picado, sal y pimienta. Cerramos y agitamos bien. Seguidamente, regamos con la vinagreta nuestra ensalada y mezclamos bien.



Notas: _____

