

Ensalada de kale

Dificultad:

fácil

Nº de comensales: 1

/ Ingredientes

- Kale
- Mezclum
- Medio pepino troceado
- Una zanahoria mediana
- 10 tomates cherry
- 14 rodajas de rabanitos
- 4 huevos de codorniz
- Un puñado de maíz dulce
- Una cebolla tierna
- Col lombarda
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra
- Miel
- Zumo de medio limón

/ Preparación

Preparación:

- Empezamos con el aderezo, a base de miel, limón y aceite. Para prepararlo, mezclamos una cucharada de miel, el zumo de medio limón y un chorrito de aceite de oliva en un bol o en un robot de cocina. Reservamos.

- Colocamos en un bol grande el kale y el mezclum. A continuación, añadimos los tomates cherry partidos por la mitad, la cebolla troceada, la col lombarda, la

zanahoria rallada y el pepino y los rabanitos en rodajas. Añadimos los huevos de codorniz partidos por la mitad y el maíz dulce.

- Finalmente, incorporamos el aliño de miel y limón. ¡Ensalada lista para degustar!