



JAMONES

Ensalada de la huerta con jamón

★★★★★ 0 comentarios

🕒 10 minutos

🍴 2 porciones

🔥 Calorías
361

🔥 Grasa
29 g

🔥 Proteína
12 g

Una combinación de vegetales y sabores muy saludables. ¡Disfrútala!

Ingredientes



Jamón Pietrán de Cerdo

6 tajadas de Jamón de Cerdo Pietrán



1/4 taza tomates cherry



1 cda jugo de limón



1 cda de vinagre



1 1/2 tazas de lechuga picada



1/4 taza arvejas Zenú



1 cda de cebolla blanca finamente picada



1/4 taza aceite de oliva



1/4 taza brócoli



1/2 taza de zucchini en julianas muy delgadas



1 cda de perejil finamente picado



Sal y pimienta al gusto

Preparación

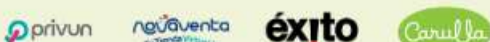
Encuentra aquí el paso a paso

Para la vinagreta:

- En un recipiente vierta el limón, la cebolla, el perejil, el vinagre, sal y pimienta, mezcla bien, adiciona el aceite en forma de hilo batiendo constantemente, hasta emulsionar.
- Para la ensalada pon todos los ingredientes en un bowl y sirve con la vinagreta.



Compra tus productos a un clic



También puedes encontrarlos en tiendas, minimercados y autoservicios.



En Pietrán te acompañamos día a día en tu estilo de vida saludable, con diferentes alternativas que te aportan a una alimentación balanceada, y puedas disfrutar el placer de cuidarte.

Productos

Recetas

Mi Mundo saludable

Contacto