Ensalada Veraniega

Sirve: 8 porciones

Ingredientes

2 cuarteles hojas para ensalada (Combine 2 ó 3, como lechuga romana, lechuga de hoja roja, espinaca o endivia)

6 cebollas verdes (con tallo en rodajas finas)

6 champiñones (setas frescos grandes en rodajas finas)

1/4 taza nueces tipo walnut (picadas en trozos grandes)

3/4 taza perejil fresco (picado en trozos finos)

1/2 taza Aderezo Ácido

Preparación

1. Lave y seque las hojas para ensalada. Trócelas en pedazos pequeños y colóquelos en una fuente (platón/plato) para ensalada grande.

2. Agregue las cebollas, las nueces y el perejil. Justo antes de servir, mezcle con el aderezo.

Notas

Recita de [Aderezo Ácido](#)

North Dakota State University Extension Service, Creative Vegetable Cookery

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	70
Grasa total	3 g
Grasa saturada	0 g
Colesterol	0 mg
Sodio	25 mg
Total de Carbohidrato	10 g
Fibra dietética	2 g
Azúcares totales	7 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	3 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible