Salata Ma Jibna (ensalada con queso parmesano)

Sirve: 8 porciones

Ingredientes

1 taza cebolla, cortada en finas tajadas o rodajas delgadas

1 taza col, cortada en tajadas o en rebanadas finas

1/2 taza zanahorias, cortadas en rodajas muy finas

1 taza tomates, picados

1/4 taza aceite de oliva

1/4 taza jugo de limón

2 cucharadas vinagre blanco

1 cucharadita sal

1/4 cucharadita pimienta negra

1 clavo diente de ajo, picado

1/4 taza queso parmesano, rallado

Preparación

1. En una ensaladera, combine las cebollas, col, zanahorias y tomates.
2. Mezcle con aceite de oliva, jugo de limón, vinagre, sal y pimienta.
3. Espolvoree el ajo y queso parmesano sobre la ensalada.

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	**N/A**
Grasa total	**N/A**
Grasa saturada	N/A
Colesterol	0 mg AT
Sodio	**N/A**
Total de Carbohidrato	**5 g**
Fibra dietetica	1 g
Azucares totales	2 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteinas	**2 g**
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible

Notas

Salata Ma Jibna es un platillo sudanés.

NDSU Extension Service. North Dakota Food and Culture: A Taste of World Cuisine.