

Libreta: Verduras
Creado: 26/03/2018 21:57
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/ensalada-de-alubias-al-aroma-de-eneldo.html>

Ensalada de alubias al aroma de eneldo

INGREDIENTES

- 1 tarro mediano de alubias al natural ya cocidas
- 1 pimiento verde
- 2 tomates de ensalada
- 1 cebolla mediana
- 1 cucharadita de vinagre
- 1 cucharadita de pimentón
- 1/2 o 1 cucharadita de eneldo, a ser posible frasco (Ver nota)
- 5 cucharadas de aceite de oliva
- sal

PREPARACIÓN

Abrir el tarro de alubias, echarlas en un colador, pasarlas un momento por agua de grifo y dejarlas escurrir.

Lavar los tomates y cortarlos en dados, igual que la cebolla.

Lavar el pimiento, quitarle las simientes y cortarlo en tiras finas.

Echar las alubias, tomates, cebolla y pimientos en una ensaladera y mezclar bien.

En un bol se mezcla el aceite con el vinagre, la sal, el pimentón y el eneldo hasta obtener una salsa homogénea.

Echar la salsa sobre las verduras, mezclar mucho y enfriar media hora en la nevera.

Nota:

El eneldo es importante en esta receta pero tiene un sabor intenso que a algunas personas no les gusta mucho. Pruebe primero con un poquito.