

Ensalada de roquefort y nueces



Nombre de la receta

Ensalada de roquefort y nueces

Tiempo

10 Minutos

Dificultad

Muy sencilla

Personas

1

Alérgenos

Frutos de cáscara
 Gluten
 Leche

Descripción

Sencilla ensalada de lechuga, tomate, roquefort, nueces y york.

Ingredientes

- 4 hojas de lechuga
- 1 tomate
- 2 nueces
- 20 gramos de queso roquefort
- 1 loncha jamón de york

- al gusto de aceite de oliva
- al gusto de vinagre
- al gusto de sal

Pasos

1 En primer lugar lavamos las hojas de lechuga y las secamos. La troceamos y la ponemos en el fondo del plato.

2 Pelamos el tomate y lo colocamos troceado alrededor de la lechuga.

3 Cortamos en trozos el jamón de york y lo colocamos en la ensalada.

4 Distribuimos el queso roquefort y las nueces troceadas sobre el conjunto.

5 Aliñamos la gusto con sal, aceite y vinagre. Ya tenemos preparada nuestra sencilla receta.

Observaciones o consejos

El éxito de esta ensalada está en la lechuga que sea fina y del tiempo, no de invernadero y el queso roquefort que sea bueno. En lugar de aceite, vinagre y sal, se puede aliñar con una salsa de mostaza y miel que venden ya preparada, pero es más natural con los ingredientes de toda la vida.

Autor

Matilde Linares