

Ensalada con Aros de Calamares

VITACRESS

¡Naturalmente nutritivo!

4 personas

Fácil

Coste económico

Tiempo de preparación 20 minutos

Ingredientes:

1 paquete de ensalada Riva de

VITACRESS

500 g de anillos de calamares listos para freír

2 tomates

½ pimiento verde

½ pepino

1 cebolla pequeña

12 aceitunas negras

1 manojo de cilantro VITACRESS

1 dl de aceite de oliva

½ limón

Sal y pimienta



Preparación:

Encienda el horno a 180°C. Ponga los calamares en la bandeja y métalos en el horno hasta que queden bien doraditos. Lave el pimiento, el pepino y los tomates. Corte el pimiento por la mitad, retire las semillas y las pieles blancas y córtelo en tiras. Corte el pepino también en tiras y los tomates en gajos. En un recipiente, mezcle el aceite de oliva con el zumo del limón, sazone con sal y pimienta y remueva todo bien. Añada el pepino, el pimiento, el tomate y la ensalada y mueva delicadamente. Colóquelo en los platos, añada los calamares y las aceitunas, decore con el cilantro picado y sirva.