

Ensalada de Berros

VITACRESS

¡Naturalmente nutritivo!

4 personas

Fácil

Económico

30 Minutos

Ingredientes:

1 bolsa de 150g de Berros

VITACRESS

1 manzana mediana cortada en cubitos

1 cebolla roja en rodajas

85g de queso Emmental en cubos

2 cucharadas soperas de nueces

2 cucharadas soperas de corintos

Para la Salsa:

1 yogur natural

1/2 cucharada soperas de mostaza

Sal y pimienta



Preparación:

Eche los berros en una ensaladera, luego la manzana y la cebolla. En otro recipiente, mezcle el yogur con la mostaza, eche las nueces, los corintos y el queso y aderece al gusto. Aliñe la ensalada con la salsa y sirva.