

ENSALADA DE BROTES DE SOJA Y ALFALFA



Ingredientes

- 1 lechuga
- 1 tazón de brotes de soja
- 1 tazón de alfalfa
- 2 kiwis
- 20 uvas negras
- 1 cebolla tierna
- 20 tomatitos cherry
- 1 diente de ajo
- perejil
- cilantro fresco
- 1 cucharada de salsa de soja
- 2 cucharadas de zumo de limón
- aceite de oliva virgen
- 1 pastilla de AVECREM VERDURAS

Preparación

Cortar la lechuga y la cebolla tierna en juliana y los tomates por la mitad. Disponer como base en una ensaladera. Añadir el kiwi cortado en rodajas, los brotes de soja, la alfalfa y las uvas.

Para elaborar la salsa lavar el perejil y el cilantro y majar en el mortero junto al ajo y el 1 pastilla de AVECREM VERDURAS desmenuzada. Cuando se forme una pasta, añadir la salsa de soja, el zumo de limón y el aceite. Remover para que emulsione y reservar media hora para que se mezclen los sabores.

Servir la ensalada con la vinagreta en una salsera aparte.