



Ensalada fresca con aderezo de queso untable Por Salut Light

UNA DELICIOSA RECETA CON PRODUCTOS ILOLAY

Una ensalada fresca y rica para acompañar tus comidas, a base de lechuga, repollo y zanahoria, con un aderezo de queso untable Por Salut light.

Complejidad



Fácil

Tiempo



30 min aprox.

Libre de Glúten



Si

Vegetariana



No

Producto ilolay

Por Salut Light
Reggianito rallado
Blanco ilolay Crem Light

INGREDIENTES

- 1 Lechuga repollada
- Gotitas de limón
- 3 cdas Queso untable Por Salut Light
- 3 Zanahorias
- Hierbas (a elección)
- 1/2 planta Repollo colorado
- 2 cdas Queso Crem Light
- Queso Reggianito Rallado
- 2 Pechuga de pollo

PREPARACIÓN

1. Lavar muy bien las verduras.
2. Cortar bien fino el repollo colorado.
3. Separar las hojas de lechuga y cortarlas en juliana (tiras).
4. Cortar la pechuga en cubos y dorar en una plancha o sartén.
5. Mezclar los ingredientes del aderezo con un batidor de alambre hasta integrarlos.
6. En una fuente para ensalada, colocar la lechuga y el repollo, agregar los cubos de pollo dorados, lograr láminas de zanahoria utilizando un pelapapas y terminar con el queso reggianito rallado.
7. Colocar aderezo a gusto.