

ENSALADA DE LECHUGA FÁCIL

Una ensalada fresca, fácil y rápida.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 2 Personas

- 1/2 Pimiento morrón
- 1/2 Pepino grande
- 1 Jitomate
- 1/2 Aguacate
- 1/2 Lechuga

NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS.

Modo de preparación

con un cuchillo de plástico $\frac{1}{2}$ lechuga de la que ustedes gusten. Lavamos y desinfectamos bien. Ponemos en un plato

y desinfectamos $\frac{1}{2}$ pimiento morrión del color de su preferencia, le retiramos las venas y las semillas. Lo rebanamos en pequeñas tiras y las partimos a la mitad. Agregamos en el plato.

agregamos $\frac{1}{2}$ pepino (previamente lavado, pelado y partido en rodajas, del grosor de su preferencia) Agregamos al plato.

en rodajas $\frac{1}{2}$ aguacate y lo agregamos al plato.

y desinfectamos un jitomate y lo partimos en rodajas. Lo agregamos al plato.

nuestro plato con todos los ingredientes al gusto de cada quien.

agregar sal y limón o un rico aderezo.

.

(Recuerda que toda la verdura debe ser previamente lavada y desinfectada)

Ver video

@marisolhernandez23

¡¡Buenos y airosos días desde Veracruz!! 🗑️ 🗑️ 🗑️ 🗑️ Ay sí, creo que este tipo de ensaladas rápidas son las más ricas y son las que se disfrutan más y como bien dicen, haciéndolas con amor saben más ricas.

@mariadelrefugiogutierrezmu2261

Riquísima ensalada, gracias por compartir, me encanta verlos, son divertidos y me enseñan a cocinar rico.

@abrilescamilla6604

Muy rica esta ensalada, tiene razón siempre que cocinemos, debemos estar muy contentos de tener la bendición de poder hacerlo, ya que hay muchas personas en el mundo que no tienen ese privilegio. Un cariñoso abrazo hermosa familia.

@encarnahidalgo79

Hola, me encanta esta ensalada. Dan ganas de comerla solo con verla. Gracias por compartir. Un abrazo desde Barcelona.