

ENSALADA DE JÍCAMA

¡Fácil, rápido, y deliciosa!

¡Te va a encantar!

INGREDIENTES

PORCIÓN: 4 Personas

- Cilantro
- 2 cebollas de verdeo o cebollín
- 1/2 pepino
- 1/2 pimiento
- de 5 a 7 fresas
- 1/2 jícama
- 1 naranja
- 1 limón

ADEREZO:

- 1 Cucharada de miel de agave
- 1 Cucharada de vinagre
- 1/4 de cucharadita de sal

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

Modo de preparación

un tazón ponemos $\frac{1}{2}$ jícama grande. Agregamos $\frac{1}{2}$ pepino sin semillas, partido en pequeños bastones. Agregamos $\frac{1}{2}$ pimiento

rojo sin semillas y partido en pequeños bastones. Agregamos 7 fresas partidas a lo largo en 4 partes.

2.- Agregamos completamente pelados y partidos a la mitad, los gajos de una naranja. Agregamos 2 cebollines en rodajas delgadas y un puño de cilantro finamente picado.

ADEREZO

la cáscara de una naranja y rallamos la cáscara de un limón. Apartamos


un frasco con tapa vaciamos el jugo de medio limón, el jugo de media naranja. Agregamos una cucharada de miel de agave, una cucharada de vinagre de manzana, la ralladura de la naranja y la ralladura de limón. Agregamos $\frac{1}{4}$ de cucharadita de sal. Ponemos la tapa y Agitamos bien. Probamos, si lo sienten ácido, le agregamos 30 ml de agua. Agitamos.

el aderezo al tazón de la ensalada y mezclamos.

MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Ver video

@luciachicas1250


Excelente ensalada, sabrosa y nutritiva , para mi maestra favorita bella y joven y para su hijo me encantan sus caras cuando prueba la comida reciban un gran saludo!!! 

@connyperez5030

Hola grandiosos veganos!!!! Ya hice la ensalada y quedó deliciosa. Omití el vinagre, ya que no me es muy agradable su sabor, pero haré más ya que tubo mucho éxito en casa. Saludos y un muy cariñoso abrazo para

los dos. Felicito su bonito sentido del humor.

@adri0509

Sra. Hermosaiiii me inspira para preparar las ricas recetas que nos muestra. Tienen una nueva suscriptora, además de que si contestan todos los comentarios. Bendiciones para ustedes y su familia. 

@carmengonzalez8093

Sra preciosa y joven Alfonso, que ricura. No se me hubiera ocurrido. Se ve muy rica y fresca. Muchas gracias a Dios por sus benditas personas