Ensalada fresca de invierno

VOLTZ
MARAÎCHAGE

FROST

Ingredientes

(receta para 4 personas)

200 g de lentejas o cebada

100 g de canónigo FROST

1 mandarina o 2 clementinas

½ granada

3 cebollas frescas

Queso fresco de cabra

Aceite de nueces y vinagre

Sal y pimienta

Pasos

- Cocer las lentejas o la cebada según las indicaciones.
- A continuación, dejar enfriar antes de mezclar los diferentes ingredientes de la ensalada. Poner en un bol grande.
- Pelar y cortar las mandarinas en trozos más o menos grandes. Colocarlas en el bol.
- Añadir los granos de la granada.
- Cortar en rodajas finas las cebollas frescas y añadirlas a la mezcla.
- Enjuagar el canónigo y añadirlo al bol.
- Cortar rodajas de queso de cabra y añadirlas enteras al bol (se desmenuzarán al mezclar).
- Hacer una vinagreta con el aceite de nueces, el vinagre, la sal y la pimienta.

VOLTZ
MARAÎCHAGE