



# ENSALADA DE QUESO FRESCO Y BERENJENA

## INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 150 g de tomate
- 200 g de berenjena
- 200 g de queso fresco
- 200 g de lechuga variada
- 40 g de mostaza de Dijon
- 20 g de miel
- 30 g de pan rallado
- 40 g de aceite de oliva

## LA PREPARACIÓN

- Cortar el tomate en cortadas gruesas, salpimentar, añadir aceite de oliva y un poco de pan rallado mezclado con orégano.
- Colocar en una bandeja y hornear a unos 200°C.
- Cortar la berenjena en cortadas finas y freírlas en aceite bien caliente.
- Preparar el aderezo con una cucharada de miel, cuatro de mostaza y cinco cucharadas de aceite.
- Salpimentar al gusto.
- Para servir disponer las lechugas en una fuente, colocar el tomate y encima las rodajas de berenjena. Cubrir con el queso cortado a dados y rociar con el aderezo. Se puede



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos  
de carbono  
12.1 g

Grasas  
18.8 g

Kcal  
261

Proteínas  
9.7 g

añadir de manera opcional unas  
gotas de vinagre balsámico.