



ENSALADA CON QUESO DE CABRA Y VINAGRETA A LA MENTA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 250 g de rúcula
- 4 unidades de higos
- 2 unidades de queso de cabra
- 40 g de aceite de oliva
- pimienta
- 5 hojas de menta
- 1 diente de ajo
- sal
- 10 ml de vinagre balsámico

LA PREPARACIÓN

- Lavar y escurrir los higos, cortarlos en cuartos.
- Cortar el queso de cabra en rodajas gruesas. Colocarlas sobre una bandeja de horno cubierta con papel de aluminio, añadir un chorrito de aceite y cubrir con papel de aluminio. Hornear unos 5 minutos.
- Lavar y escurrir la rúcula. Sazonarla y colocarla en una fuente. Añadir los higos y cubrir con el queso de cabra caliente. Aliñar con la vinagreta.
- Para la salsa de vinagreta a la menta:
- Lavar y picar la menta con el ajo y la pimienta. Añadir el vinagre y el



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 6.6 g	Grasas 16.5 g
Kcal 201	Proteínas 6.2 g

aceite batiendo despacio hasta ligar
la salsa. Salar al gusto.