



ENSALADA DE LECHUGA Y PIÑA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 10 hojas de lechuga
- 600 g de piña
- 10 g de cacahuets salados tostados
- 5 g de mostaza
- 20 g de mayonesa

LA PREPARACIÓN

- Lava las hojas de lechuga varias veces, escúrrelas y déjalas en un lugar fresco.
- Pela y corta la piña en dados.
- Cubre el fondo de una ensaladera con las hojas de lechuga más verdes; luego coloca los dados de piña. Finalmente cubre todo con la mezcál de mayonesa , mostaza y los cacahuets.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 10 g	Grasas 5.7 g
Kcal 102	Proteínas 1.6 g