



ENSALADA VARIADA CON VINAGRETA TIBIA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 50 g de lechuga
- 50 g de lechuga romana
- 65 g de lechuga o escarola
- 150 g de tomate
- 1 diente de ajo
- 2 g de pimentón rojo
- 40 g de aceite de oliva virgen
- comino
- sal
- 5 ml de vinagre de Jerez
- 60 g de pimiento rojo

LA PREPARACIÓN

- Lava las hojas de los diferentes tipos de lechuga y centrifúgalas, retira el tallo a los cogollo, lávalos enteros y déjalos escurrir junto con las lechugas.
- Pica muy menudo y sobre una tabla el tomate pelado y despepitado y el pimiento morrón. Coloca en una salsera y reserva.
- Prensa el ajo en un mortero con el comino, la sal y el perejil. Añade el vinagre, el aceite y pasa a un cazo. Templá ligeramente y retira cuando comience a burbujear; añade entonces el pimentón. Después mezcla con el tomate picado y



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 2.6 g	Grasas 10.4 g
Kcal 111	Proteínas 1.1 g

remueve con un tenedor.

- Corta los cogollos en 4 trozos y coloca en una fuente. Pon las hojas de ensalada en el centro y riega con el aliño tibio. Sirve