



MIX DE MELÓN Y GORGONZOLA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 200 g de lechuga variada
- 600 g de melón
- 80 g de queso gorgonzola
- 40 g de aceite de oliva virgen
- 10 ml de vinagre de sidra

LA PREPARACIÓN

- Lava y centrifuga nuestra lechuga de hoja de roble para dejarla bien seca. Seguidamente pela y pica el melón en cuadrados regulares o bien haciendo bolitas con un sacabolos metálico.
- En una tabla corta el queso gorgonzola, mejor que esté un poco frío para que no se deshaga, también en cuadrados del tamaño de los de melón.
- Distribuye la lechuga en boles individuales o en una ensaladera y reparte por encima la fruta y el queso. En un bol mezcla el aceite de oliva virgen extra y el vinagre de sidra, añade sal y pimienta al gusto y mezcla con un tenedor para formar la vinagreta. Aliña la ensalada y sirve rápidamente.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 6.6 g	Grasas 16.6 g
Kcal 196	Proteínas 5 g