COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Ensalada de verano con garbanzos

Receta para 2 personas

Preparación: 10 min
Total: 10 min
Dificultad: Muy fácil

INGREDIENTES

- [ ] 150 gramos Garbanzos cocidos
- [ ] 50 gramos Pepino
- [ ] 50 gramos Cebolla
- [ ] 10 gramos Alcaparras
- [ ] 1 tomate Tomate
- [ ] 40 gramos Zanahoria
- [ ] al gusto Aceite de oliva virgen extra
- [ ] al gusto Orégano
- [ ] 1 pizca Sal

PREPARACIÓN

1. Para comenzar con la receta, lavamos y picamos todas las verduras en cuadraditos pequeños.

2. Lavamos y escurrimos bien los garbanzos y los ponemos en un bol.

3. Mezclamos todas las verduras con los garbanzos. Aliñamos con AOVE, orégano y sal. Si se quiere también se le puede poner un poco de vinagre.

4. Servimos en pequeños boles, ¡y listo!