

ENSALADA DE NAVIDAD

Ingredientes:

- 1 repollo morado
- 2 Betabeles
- 1 manojo de espinaca
- 1 jícama
- 1/3 taza biznaga en cuadritos
- 1/4 taza de Semillas de Amaranto para decorar

Para el aderezo:

- 1/2 taza de Aceite de Oliva o Vegetal
- 1/4 taza de vinagre de manzana
- 1 1/2 c de oregano seco
- 1 Cucharada de Consomé de pollo en polvo (Knorr Suiza)
- 1/2 diente de ajo
- Sal al gusto

Preparación:

1. El repollo se rebana muy finamente. Se enjuaga en agua y se escurre.
2. Los betabeles crudos se pelan y se rallan o se cortan en tiritas finas.
3. Las espinacas se cortan en tiritas.
4. La jícama se pela y se corta en cuadritos de 1 cm
5. La biznaga se corta en cubitos de 1/2 cm
6. Para hacer el aderezo se mezclan en la licuadora el aceite, el vinagre, el orégano, el consomé y el ajo. Se licúa por unos segundos hasta mezclar bien los ingredientes.

7. En una ensaladera se agrega el repollo, los betabeles, la espinaca, la jícama y la biznaga. Se le vacía encima el aderezo y se mezcla hasta combinar todos los ingredientes.
8. Justo antes de servir se decora con las semillas de amaranto.

