

MI ENSALADA CÉSAR



Con pocas ganas de meterte en la cocina, pero no descartando comer bien, hoy os propongo una ensalada ligera para cenar o bien como entrante de nuestro almuerzo, una Ensalada César.

Hace poco descubrí que la auténtica y primera Ensalada César no llevaba pollo, y que se añadió más tarde cuando se puso de moda en Europa, ya que su origen es americano. En la que os presento hoy tampoco le he puesto queso, pero la receta original lo lleva, un poco de gran padano rayado como toque final.

Ingredientes:

Lechuga tipo romana

Pollo asado (*)

Manzana Granny Smith (o alguna que tenga un punto de acidez)

Nueces, y pasas de corinto

Salsa César (*)

(*) El pollo asado podemos utilizar alguna pechuga que nos haya sobrado de hacer a la plancha, o bien comprar este producto que os muestro de la marca de Hacendado-Casa Tarradellas, se trata de pollo asado, y es muy práctico para añadir a nuestras ensaladas, o sandwiches.



(*) La salsa César no es complicada de preparar, pero lleva algunos elementos que a veces no tenemos en casa, por lo que también os aconsejo comprar alguna comercial de vuestra confianza



Preparación:

Limpiamos y secamos bien la lechuga, la cortamos en juliana y la ponemos en la fuente de servir.

Añadimos el pollo asado, 1 trozo de manzana, que habremos cortado en finas láminas, las pasas y las nueces , y aliñamos con la salsa César y listo , nada más.



Quien no come una buena ensalada, que no diga que es por falta de tiempo.

1000besos.