Publicado en *Recetas Saladmaster*
(https://recipes.saladmaster.com)

Ensalada de Coles de Bruselas

Sirve:

6 raciones

Pieza:

Saladmaster Food Processor
small mixing bowl
large mixing bowl
Valora: ☆☆☆☆☆

Contribuido por:

Isis Israel
Dealer Autorizado Saladmaster®
Agregar un Comentario
Ensalada

Aderezo de Limón-Avellana

jugo de 1 - 2 limones, al gusto		¼ taza	de aceite de oliva (60 ml)
1 cucharada	de mostaza de Dijon	(15 g)	
1 ½ cucharadita	de jarabe de arce	(7 g)	
2 cucharadita	de pimienta negra	(1 g)	
Preparación :			
1 cucharadas	de avellanas picadas (o levadura nutricional)		(14 g)
sal marina al gusto			

1. Pon todos los ingredientes para la ensalada en un bol grande y mezcla para combinar. Reserva.
2. En un bol pequeño, mezcla todos los ingredientes del aderezo.
3. Vierte el aderezo de limón y avellana sobre la ensalada, remueve y sirve.

Información nutricional por ración

Calorías: 263
Grasa Total: 11g
Grasa Saturada: 1g
Colesterol: 0mg
Sodio: 110mg
Carbohidratos: 40g
Fibra Dietética: 8g
Azúcar: 8g
Proteína: 5g