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

Ensalada de Patata y Judías Verdes

Prep:

10 minutos

Total:

30 minutos

Sirve:

10 raciones de aproximadamente ½ taza cada una

Pieza:

Saladmaster Food Processor
3 Qt./2.8 L Sauce Pan with Cover
3 Qt./2.8 L Perforated Basket
3.5 Qt. Double Walled Bowl
small mixing bowl
Valora: ★★★★★

Contribuido por:

Ivy Ho
Dealer Autorizado Saladmaster®
Agregar un Comentario

Descripción de la Receta:

Saladmaster está diseñada para ayudar a ahorrar energía y tiempo.

Patatas y Judías Verdes
4 patatas
rojas medianas
2 libras de
judías verdes congeladas
(900
g)

Aderezo de Dijon

Preparación :

1. Llena la olla 3 Qt. con una pulgada de agua, tapa y pon a fuego medio.
2. Con la Máquina Saladmaster, corta las patatas con el Cono #3 directamente en la cesta 3 Qt.
3. Pon las judías congeladas encima de las patatas.
4. Mete la cesta en la olla y tapa.
5. Cuando la Vapo-Valve™ haga clic, baja el fuego.
6. Cocina 15 minutos más y retira del fuego inmediatamente. Pon en el bol de doble pared.

Aderezo de Dijon

1. Mezcla el aceite de oliva, el vinagre de arroz y la mostaza de Dijon, en un bol pequeño.
2. Añade la pimienta molida, el eneldo y la sal, al gusto.
3. Pon la salsa en una botella para servir. Puedes servirla directamente en la ensalada o en cada porción individual.

Información nutricional por ración

1 ración = ½ taza
Calorías: 170
Grasa Total: 11g
Grasa Saturada: 2g
Colesterol: 0mg
Sodio: 20mg
Carbohidratos: 16g
Fibra Dietética: 2g
Azúcar: 2g
Proteína: 2g