

Ensalada de lechuga y garbanzos



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 0min

Tiempo total: 15min , Número de porciones: 4

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/ensalada-de-lechuga-y-garbanzos>

Preparación

Lavar y cortar la lechuga, la cebolla de verdeo, el pimiento y el tomate. Colocar todo en un bol, añadir el ajo y los garbanzos y revolver. En un recipiente, añadir el aceite de oliva, el vinagre de vino tinto y el azúcar negra. Añadir sal y pimienta al gusto. Mezclar y rociar sobre la ensalada para cubrir ligeramente. Disfrute!

Ingredientes

- 1 Lechuga
- 2 taza/s Garbanzos
- 1 puñado/s Cebolla de Verdeo
- 1 Pimiento rojo
- 1 Tomate
- 2 cucharadita/s Ajo picado
- 1/4 taza/s Aceite de oliva
- 4 cucharada/s Vinagre de vino tinto
- 1 cucharada/s Azúcar negra
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta

Categorías

Un día normal, Vegetariana, Todo el año, Económico, Legumbres, Vegetales, Comida para todos los días, Rápida, Ensalada

