Ensalada mixta de vegetales

Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 35min , Tiempo de cocción: 0min
Tiempo total: 35min , Número de porciones: **4**

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

Autor: Maria

Url: https://srecetas.es/ensalada-mixta-de-vegetales

Preparación

Lavar y secar las pechugas. Disponer en una asadera la sal y colocar por encima el pollo, con la piel hacia arriba. Llevar a horno y cocinar a temperatura moderada durante 20 minutos, hasta que el pollo esté cocido y algo jugoso. Retirar de la asadera y dejar enfriar. Retirar la piel y cortar en trozos no muy chicos. Reservar. Cortar la mozzarella en rodajas y espolvorearla con pimentón. Acomodarla en una fuente. Lavar y cortar los tomates por la mitad. Disponerlos en la fuente espolvoreados con el orégano. Cortar algunas aceitunas en rodajas y dejar el resto enteras, condimentarlas con ají molido. Ubicarlas en la fuente. Colocar 2 cucharadas de aceite de olivda en una sartén, dorar allí ligeramente el ajo y luego los zapallitos hasta que éstos queden crujientes. Retirar del fuego y disponerlos con el resto de los ingredientes. Por último colocar el pollo en el centro de la fuente y rociar toda la ensalada con el aceite de oliva restante. Salpimentar a gusto y servir. Disfrute! Fuente: Recetas Natura

Ingredientes

- 800 gramo/s Pechuga de pollo
- 1 taza/s Sal gruesa
- 240 gramo/s Mozzarella
- 200 gramo/s Tomates Cherry
- 250 gramo/s Champiñones frescos
- 3 Zucchinis redondos cortados en cubitos
- 100 gramo/s Aceitunas Negras sin carozos
- 4 cucharada/s Aceite de oliva
- 1 diente/s Ajo
- 1 poco Pimentón molido
- 1 poco Orégano
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta

Categorías

Un día normal, Reducida en calorías, Todo el año, Costosa, Económico, Aves y conejos, Vegetales, Rápida, Familia, Una cocinera experta