



Nivel de dificultad: Fácil
Nivel Calórico: Nivel calórico bajo

Ingredientes

50 g
vinagre balsámico de módena (6 cucharadas)
75 g
miel (3 cucharadas)
35 g
aceite de oliva virgen extra (2,5 cucharadas)
4 g
sal (3/4 cucharadita)
175 g
queso de cabra
16
tomates cherry (al gusto)
150 g
nueces (peladas)
150 g
lechuga

Instrucciones

1. Lava y escurre la lechuga y ponla en un bol de ensalada.
2. Lava y corta en mitades los tomates Cherry y añádelos al bol.
3. Añade las nueces peladas y mezcla bien.
4. Sirve una ración de ensalada en cada plato individual.
5. Corta en rodajas el queso de cabra.
6. Cocina en el microondas el queso de cabra durante 20 segundos a 800W.
7. Pon 2 o 3 rodajas de queso de cabra encima de cada plato.
8. Echa un poco de aliño por encima de cada plato.
9. Sirve y disfruta de tu receta de ensalada con nueces y miel. Ver más [recetas de ensaladas](#)

[1] o [recetas bajas en calorías](#) [2].

PARA EL ALIÑO DE MIEL Y VINAGRE DE MÓDENA:

1. Echa 6 cucharadas de vinagre balsámico de Módena en un bol mediano.
2. Añade 3 cucharadas de miel.
3. Añade 2 cucharadas y media de aceite de oliva virgen extra.
4. Añade 3/4 partes de una cucharita de sal.
5. Mezcla todo bien hasta que quede homogéneo.

URL de origen: <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/ensalada-con-nueces-y-miel>

Enlaces

[1] <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/ensaladas>

[2] <https://thespanishcuisine.com/es/recetas/calorias-bajas>