



<https://www.mepillasquisando.com>



CENA SALUDABLE



INGREDIENTES:

- 1 Huevo.
- 1 Puñado de Lechuga.
- 50 gr. de Garbanzos cocidos.
- 20 gr. de Pepino.
- 40 gr. de Atún en aceite.
- 1 Tomate de ensalada.
- 10 gr. de Maíz dulce.
- 10 gr. de Aceitunas negras laminadas.
- 5 gr. de Cebolleta o cebolla dulce.

ELABORACIÓN:

Lavamos bien todos los ingredientes vegetales y los picamos menuditos. Escaldamos el huevo en agua con un chorrito de vinagre. Ahora disponemos todos los ingredientes en el plato formando círculo y aliñamos al gusto.

<https://www.mepillasquisando.com>