



Ensalada de vegetales con aderezo de garbanzo

Categoría: Ensalada

¡Irresistible receta vegetariana!



Preparación
25 min.



Dificultad
Baja



Porciones
4 personas



Ingredientes

- 40 g de cebolla morada
- 2 piezas de Jitomate
- 1/2 pieza de Pepino cortado en medias lunas
- 200 g de Queso panela en cubitos
- 1 lata de Garbanzos La Costeña®
- 2 cda de Chipotles en Adobo La Costeña®
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 1/2 taza de Aderezo Light de Mayonesa La Costeña®
- 1 taza de Lechuga romana troceada
- 1 taza de Lechuga sangría troceada
- 1 taza de Lechuga italiana troceada
- 1/2 lata de Zanahorias en escabeche La Costeña® (drenada)



Preparación

1. Filetear la cebolla, cortar el jitomate en cubos, pelar el pepino y cortar en medias lunas, cortar el queso en cubos, reservar.
2. Licuar los garbanzos, los chipotles, aderezo, sal y pimienta hasta que estén completamente molidos, incorporar a la mayonesa.
3. Colocar en un plato las lechugas troceadas, el jitomate, pepino, cebolla morada, queso y zanahorias en escabeche.
4. Servir con aderezo al gusto.