



Una cena casera rápida

Ensalada local con vegetales del mercadillo

Comensales: 4

Preparación: 20 minutos

ingredientes

- 1 lechuga verde, limpia y seca, cortada en trozos pequeños
- 1/2 ramo de berro, quitando las hojas del tallo y cortando las hojas en trozos pequeños
- 1/2 ramo de arrúgala, quitando las hojas del tallo y cortando las hojas en trozos pequeños
- 1 cebolleta grande, cortándola diagonalmente
- Un puñado de zanahorias enanas, pelar y hervir durante un minuto y medio
- 1/2 taza de guisantes ingleses
- 1/2 taza de habas (fabas)—quitarlas de la vaina, escaldarlas y limpiarlas
- Un puñado pequeño de rabanitos, cortados en trozos pequeños

salsa

- Un chalote pequeño, pelado y cortado finamente
- 1 cucharita de mostaza dijon
- 1 1/2 cucharitas de sirope de arce de Vermont
- 2 cucharitas de vinagre de champán
- 3 cucharas de aceite de oliva
- Sal del mar
- Pimienta fresca

preparación

Mezclar las lechugas en un cuenco grande. Complementar con cebolla, zanahorias, guisantes, habas y rabanitos. En un bol pequeño, introducir el chalote, la mostaza, el sirope de arce y vinagre. Luego, mezclar con aceite de oliva, sal y pimienta. Echar encima de la ensalada y servir.