

ENSALADA DE TRIGO, ESPINACAS, QUESO GORGONZOLA Y NUECES



Ingredientes:

- 50 g. Trigo
- 20 g. Espinacas crudas
- 30 g. Queso gorgonzola
- 1/2 Zanahoria
- 1 Manzana Kanzi®
- 15 g. Nueces
- Aceite de oliva
- Sal, pimienta y perejil

Preparación

Cocinar el trigo en una olla con agua y sal aproximadamente 15 - 20 minutos. Una vez esté cocinado, escurrimos y dejamos reposar hasta que se enfríe.

Lavar y cortar las hojas de espinacas. Cortar la zanahoria con ayuda de un pelador y el queso y la manzana Kanzi en taquitos.

Mezclamos todos los ingredientes y sazonamos con aceite de oliva y perejil y las nueces peladas.