

Ensalada griega con sandía

INGREDIENTES

- 200 g de hojas frescas de espinaca baby
- 500 g de pulpa de sandía en dados
- 200 g de aceitunas negras sin hueso
- 200 g de queso feta en trozos
- 1 lata filetes de anchoa en aceite (50 g)
- 5 ramitas de hierbabuena (solo las hojas)

VINAGRETA

- 4-5 filetes de anchoa en aceite
- 1 diente de ajo
- 6 aceitunas negras sin hueso
- 1 cucharadita de orégano seco
- 1 cucharadita de miel
- 20 g de zumo de limón
- 60 g de aceite de oliva virgen extra
- 1 pellizco de pimienta negra molida



PREPARACIÓN

1. Pon en el bol grande las hojas de espinaca, los dados de sandía, las aceitunas, el queso feta, las anchoas y la hierbabuena troceada a mano. Reserva en el frigorífico hasta el momento de servir.

VINAGRETA

2. Pon en el vaso las anchoas y el diente de ajo. Trocea **3 seg./Vel.7**.
3. Agrega las aceitunas negras, el orégano, la miel, el zumo de limón, el aceite de oliva y la pimienta. Mezcla **8 seg./Vel.4**. Vuelca la vinagreta en la ensaladera y mezcla bien. Sirve inmediatamente.

Preparación: 10 min

Total: 10 min

Kcal./Ración: 359,4

INGREDIENTES PARA 6 RACIONES

SILVIA RUIZ

TEAM LEADER THERMOMIX

www.thermomix-sabadell/ruizlozanosilvia

thermomix
VORWERK