



Salada de broto colorida

Ingredientes:

150g de broto de alfafa
1 cenoura grande ralada
½ abobrinha italiana ralada
1 maço médio de alface americana
1 cebola pequena
Azeite de oliva extra-virgem
Orégano a gosto
Aceto balsâmico ou vinagre de maçã a gosto



Modo de Preparo:

Lavar e higienizar bem a alface e cortar em fatias bem finas.
Ralar a cenoura com o ralador grosso.
Cortar a cebola em cubos bem pequenos.
Misturar todos os ingredientes em uma vasilha grande, assim como os brotos de alfafa também (previamente higienizados).
Ao servir, acrescentar os temperos, orégano, aceto balsâmico ou vinagre de maçã, azeite.

