



ENSALADA DE BRÓCOLI Y COLIFLOR BIO CON HUEVO DURO

Ingredientes

1 brócoli bio Actiture

1 coliflor bio Actiture

1 puñado de arándanos bio deshidratados

2 huevos ecológicos

Aceite de oliva

Vinagre

Sal

Pimienta molida

Preparación

1. En un cazo con agua hirviendo añadimos 2 huevos, los dejamos durante 10 minutos para que se cuezan y pasado ese tiempo los sacamos del agua con cuidado y reservamos.
2. Cortamos el brócoli y la coliflor bio Actiture en floretes y los ponemos a hervir en una olla con agua y sal entre 3 y 5 minutos.
3. Los pasamos por agua fría para cortar la cocción mientras los escurrimos y dejamos enfriar antes de añadirlos a la ensalada.
4. En una fuente colocamos los floretes de brócoli y coliflor, añadimos los huevos duros pelados y troceados y repartimos por encima un puñadito de arándanos deshidratados.
5. Por último, aliñamos la ensalada con sal, pimienta, aceite de oliva y vinagre. Mezclamos bien para que se reparta el aliño por toda la ensalada... ¡Y ya podemos disfrutar de esta receta tan saludable y 100% ecológica!