



## ENSALADA DE "ARROZ" DE COLIFLOR BIO

### Ingredientes

1 coliflor bio Actiture

1 pepino

10 tomates cherry

2 ramitas de apio

½ cebolla

Hojas de menta

2 cucharadas de aceite de oliva

Zumo de ½ limón

½ cucharadita de sal

½ cucharadita de pimienta negra

### Preparación

1. Lavamos la coliflor bio Actiture y la secamos bien. Después la rallamos con un rallador de mano o con un procesador de alimentos y la añadimos a un bol.
2. Pelamos el pepino y lo troceamos en daditos, cortamos los tomates cherry en rodajas finas, picamos media cebolla en trocitos pequeños y por último trocemos el apio. Añadimos todo al bol de la coliflor bio y mezclamos bien.
3. Picamos unas hojas de menta al gusto y las añadimos al bol.
4. También añadiremos el aceite de oliva el zumo de limón, la sal y la pimienta negra.
5. Mezclamos muy bien para que se repartan todos los ingredientes y el aliño.
6. Se puede consumir inmediatamente, pero recomendamos dejarla macerar media hora antes de servir en el frigorífico... ¡Y listo! Ya podemos disfrutar de esta deliciosa receta de ensalada de "arroz" de coliflor bio 100% vegana, saludable y nutritiva.