



ensalada de papas, remolachas, zanahorias y huevos hervidos

4 porciones



Ingredientes:

- 3 papas medianas
- 3 remolachas medianas
- 3 zanahorias medianas
- 1 cebolla mediana rebanada finamente
- 6 huevos rebanados
- ¼ de taza de aceite de oliva
- 4 cucharadas de vinagre
- Sal, pimienta negra recién molida

Preparación:

Hervir las papas (20-25 minutos), remolachas (30 minutos) y zanahorias (15 minutos) en tres ollas por separado, colar y dejar enfriar, pelar y rebanar las verduras hervidas.

En una ensaladera, disponer una capa de papas, otra de remolacha, cebolla, zanahoria y finalmente de huevos.

En un frasco preparar una vinagreta con el aceite de oliva, vinagre, sal y pimienta. Aderezar la ensalada y refrigerar por una hora antes de servir.

Información nutricional

por porción

Calorías	324 Cal
H de Carbono	34 g
Proteínas	15,6 g

Grasas	13,7 g
Colesterol	336 mg
Fibra	5,5 g