# Ensalada de Legumbres



Tiempo de preparación: 30 Min

## Ingredientes

### Ensalada

**Berenjenas asadas enteras**: 2 Unidades
**Cebolla de verdeo**: 20 grs
**Jugo de Limón**: c/n
**Morrón verde y rojo**: 40 grs
**Porotos Mung cocidos**: 50 grs
**Porotos aduki**: 50 grs
**Repollo colorado y blanco**: 40 grs
**Aceite De Oliva**: c/n
**Zanahoria**: 20 grs
**Cebolla**: 20 grs
**Ajo**: 1 Diente
**Lentejas cocidas**: 50 grs
**Perejil**: c/n
**Porotos negros cocidos**: 50 grs
**Remolachas asadas enteras**: 2 Unidades
**Sal Marina**: c/n
**Tomate seco deshidratado**: 20 grs

### Verduras asadas

**Albahaca fresca**: c/n
**Choclo hervido**: 1 unidad
**Aceite De Oliva**: c/n
**Tomillo**: c/n
**Ciboulette**: c/n
**Tomate**: 1 unidad

## Preparación de la Receta

### Verduras asadas

- Cortar un *tomate* por la mitad y en sartén con poco de aceite de oliva *dorar* sin tocar.
- Cortar *choclo* hervido en rodajas y *dorar* en sartén con aceite de oliva.
- *Condimentar* fuera del fuego tomates y *choclo* con aceite de oliva y hojas de *albahaca*.

- Reservar.

## Ensalada de legumbres

- En un bol mezclar *poroto* negro, lentejas, porotos aduki, *poroto* mung, *morrón* rojo, verde, *cebolla* de verdeo, *zanahoria*, *repollo* colorado y blanco, *cebolla*, *tomate* seco hidratado, pepino, *perejil* picado y *ajo*, todo picado.
- *Condimentar* con aceite de oliva, sal y *jugo* de *limón*.

## Armado

- Colocar en un plato amplio la ensalada y alrededor agregar los vegetales asados, berenjenas y remolachas al horno en trozos.
- *Condimentar* estos vegetales con *mayonesa* vegana.

Consulta la receta original en
**https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-legumbres**