

# Ensalada de rúcula, pomelos y parmesano

Tiempo de preparación: 15 Min



## Ingredientes

**Hojas de menta:** 10 g

**Albahaca:** 10 g

**Hojas de Perejil:** 10 g

**Almendras Tostadas:** 50 g

**Pomelos rosados:** 2 Unidades

**Rúcula:** 100 g

**Parmesano:** 100 g

## Para la vinagreta

**Limon:** 1 Unidad

**Aceite De Oliva:** 1/2 Taza

**Mostaza de Dijon:** 1 cda

**Miel:** 1 cda.

**Sal y Pimienta:** Cantidad necesaria

## Preparación de la Receta

- Para empezar, pelamos los pomelos a vivo. Luego, disponemos en una ensaladera **rúcula**, hojas de *albahaca*, *menta* y *perejil*.
- Seguidamente, incorporamos los gajos de *pomelo*, almendras tostadas y escamas de parmesano.

## Para la vinagreta :

- Mezclamos el *jugo* del *limón*, miel y *mostaza* de Dijon y emulsionamos con aceite de oliva.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-rucula-pomelos-y-parmesano>