

# Ensalada de Cítricos de Primavera



**Prep:** 20 minutos    **Cocción:** 10 minutos    **Porciones:** 2

## Ensalada de cítricos de primavera

1 bolsa de ensalada mixta  
2 rábanos

## Aderezo cítrico

Cucharadas de limón o jugo de naranja  
Cucharadas de aceite  
Sal y pimienta al gusto

## Opcional

1 o 2 huevos duros, cocer antes de usar  
Frutos secos o nueces  
1 lata de naranjas mandarinas escurridas  
chícharos frescos o 1/2 lata de chícharos escurridos



1. Para mezclar el aderezo, combine el aceite y el jugo
2. Mientras el huevo se cocina, lave las verduras en un colador y agite para escurrir el exceso de agua, colóquelo en un tazón grande
3. Lave los rábanos y taje en círculos delgados, agregue a la ensalada
4. Añadir cualquiera de los ingredientes opcionales como huevos pelados, frutos secos, nueces, lata de naranjas mandarinas o chícharos
5. ¡Revuelva con el aderezo cítrico y disfrute!

Fresh Harvest Kits es una colaboración entre HDFFA y las organizaciones de lucha contra el hambre. Cada kit incluye verduras frescas e ingredientes básicos de la agencia. Al usar este kit también obtendrá ideas nuevas para cocinar de forma saludable. Visite nuestra página web para obtener más información, encontrar recetas, y ver la lista completa de agencias asociadas.