



Ensalada Dulce de Repollo

Description

Ensalada Dulce de Repollo or Sweet Coleslaw Salad (English version below)

If you want a light lunch or dinner, this recipe is perfect. This is the kind of salad that makes you feel better. It can be eaten alone or with other dishes like meat or fish.

Ingredientes para 2 porciones

- 2 tazas de repollo o col picada (blanca o roja, o ambas)
- 1 taza de piña picada
- 1 zanahoria rallada
- 3 cucharadas de uvas pasas
- Para el aderezo
- 2 cucharadas de yogur natural o mayonesa
- 1 cucharada de jugo de limón
- 1 cucharada aceite de Oliva

Preparación

1. Cortar el repollo en julianas.
2. Mezclar la piña, el repollo y la zanahoria rallada y las uvas pasas en un recipiente.
3. Preparar el aderezo mezclando el yogur o mayonesa, jugo de limón y el aceite de oliva.
4. Añadir el aderezo a la ensalada y mezclar bien.
5. Colocar en la nevera, por algunos minutos antes de servir.

Sweet Coleslaw Salad (English version)

Ingredients for 2 servings

- 2 cups chopped cabbage or (white or red cabbage or both)
- 1 cup crushed pineapple
- 1 carrot, grated
- 2 tablespoons raisins.
- For the dressing
- 2 tablespoons natural yogurt or mayonnaise
- 1 tablespoon lemon juice
- 1 tablespoon olive oil

Preparation

1. Cut the cabbage into julienne.
2. Mix pineapple, cabbage and shredded carrots and the rasins in a bowl.
3. Prepare the dressing by mixing the yogurt or mayonnaise, lemon juice and olive oil.
4. Add the dressing to the salad and mix well.
5. Place in the fridge for a few minutes before serving.